

Introduction

Children feel secure when their lives are predictable. When adults provide environments that feel safe, children learn that they can trust others to take care of them and meet their needs, so they feel free to explore their world.

When routines and procedures are carefully established in the classroom, children know what's expected of them, and they start

to carry out established routines without prompting. Having routines in place also allows teachers to spend more time on meaningful instruction.

In *Compass K*, the classroom routines focus on greetings, cleaning up and saying goodbye, art, asking for help, school rules, snack time, tooth care, playing outside, free choice activities in the classroom and quiet time.

Rutinas

Introducción

Las niñas y los niños se sienten seguros cuando sus vidas son previsibles. Cuando los adultos les proporcionan ambientes que los hacen sentir seguros, ellas y ellos aprenden que pueden confiar en otros para cuidarse y conocer sus necesidades. De este modo, adquieren la confianza necesaria para explorar su mundo.

Cuando las rutinas y los procedimientos del salón de clases son establecidos cuidadosamente, las niñas y los niños son conscientes de lo que se espera de ellas y ellos. Así, comienzan a cumplir las rutinas acordadas sin la necesidad de que alguien se las recuerde. Tener rutinas debidamente establecidas también permite que los maestros inviertan más tiempo en la enseñanza significativa.

En *Compass K*, las rutinas del salón de clases que se fomentan son variopintas. Van desde saludar y decir adiós, recoger las cosas que se utilizan, pedir ayuda a los demás, aprender las normas escolares, jugar en el patio y elaborar pequeñas piezas de arte, hasta el cuidado de los dientes, el refrigerio, las actividades de libre elección y el tiempo de reflexión.

Actividad 1

Anime a su hija o a su hijo a cantar para usted y el resto de la familia el primer verso de la canción de rutina escolar llamada *Cleanup and Goodbye* utilizando la tonada de "Froggy Went a Courtin". (véala en: <https://www.youtube.com/watch?v=YhR9MEiLbiU>)

It's cleanup time! It's cleanup time! Uh-huh. (¡Es hora de limpiar! ¡Es hora de limpiar! Uh-huh)

Clean your place. Throw away your trash. Uh-huh. (Limpia tu lugar. Pon la basura en su lugar. Uh-huh)

Put your (crayons and books) away, (Guarda tus crayones, libros y demás)

Ready for another day. (Listo para el día siguiente estarás)

Uh-huh. Uh-huh. Uh-huh. (Uh-huh. Uh-huh. Uh-huh)

A lo largo de este año, anime a cantar con usted esta canción mientras él o ella limpia su lugar de trabajo cada que realice actividades en las que ocupe sus útiles escolares.



Activity 1

Encourage your child to teach you and the rest of the family the first verse of the following *Cleanup and Goodbye* school routine song to the tune of "Froggy Went a Courtin'" (see <https://www.youtube.com/watch?v=YhR9MEiLbiU>).

It's cleanup time! It's cleanup time! Uh-huh.

Clean your place. Throw away your trash. Uh-huh.

Put your (crayons and books) away,

Ready for another day.

Uh-huh. Uh-huh. Uh-huh.

Throughout this year, encourage your child to sing the song with you as he or she cleans up after carrying out any task that requires school supplies.

Activity 2

Encourage your child to teach you and the rest of the family the second verse of the following *Toothcare* school routine song to the tune of “I’m a Nut” (see https://www.youtube.com/watch?v=MYh_Uij1jRY).

*Put some toothpaste on the brush.
Brush the sides and top—don’t rush!
Brush all of the food away.
Now your teeth are clean. Hooray!
Rinse and spit. Rinse and spit.
Rinse and spit. Rinse and spit.*

Make your twice daily two-minute tooth-brushing routine fun this year by singing the song to your child as he or she brushes and rinses.



Actividad 2

Anime a su hija o a su hijo a cantar para usted y el resto de la familia el segundo verso de la canción de rutina escolar llamada *Toothcare* utilizando la tonada de “I’m a Nut” (véala en: https://www.youtube.com/watch?v=MYh_Uij1jRY).

Put some toothpaste on the brush. (Pon algo de pasta en el cepillo)

Brush the sides and top—don’t rush! (Sin prisa, cepilla los lados y la parte superior.)

Brush all of the food away. (Quítales todos los residuos)
Now your teeth are clean. Hooray! (Ahora tus dientes están relucientes. ¡Urra!)

Rinse and spit. Rinse and spit. (Enjuaga y escupe. Enjuaga y escupe.)

Rinse and spit. Rinse and spit. (Enjuaga y escupe. Enjuaga y escupe.)

Haga que la rutina de cepillado de dientes de dos minutos dos veces al día de su hija o de su hijo sea divertida este año cantándole la canción mientras él o ella se cepilla y enjuaga.

Teeth

Introduction

In this project, students will investigate something they use every day: their teeth. Students will describe and count their own teeth, share experiences of losing a tooth, and learn about tooth care.

Why is this topic important?

This is the perfect age to teach good dental health habits. Students will learn to care for their teeth both by brushing regularly and by being aware which foods and drinks are bad for their teeth. Students will also learn about another important aspect of tooth care—visiting the dentist.

Relating the topic to your child's life

Make a dentist's appointment for your child at some point during this project. Discuss with your child why you have made the appointment, what will happen at the dentist's office and how often you should go to the dentist. Before the appointment, role-play what will happen, and talk with your child about the importance of brushing teeth after every meal to remove any food residue.

Proyecto 1 Dientes

Introducción

En este proyecto, los estudiantes investigarán algo que usan diariamente: sus dientes. Describirán y contarán cuántos tienen, compartirán sus experiencias sobre lo que ocurre cuando se caen y aprenderán algo sobre su cuidado.

¿Por qué es importante este tema?

Porque esta es la edad perfecta para enseñarles correctamente hábitos de salud dental. Los estudiantes aprenderán dos formas de cuidar sus dientes: cepillarlos regularmente y estar atentos a las comidas y bebidas que los dañan. También conocerán otro aspecto importante de su cuidado: la visita al dentista.

Relacionar el tema con la vida cotidiana de su hija o de su hijo.

Haga una cita con el dentista para su hija o su hijo en algún momento de este proyecto. Comenten por qué se la ha agendado, qué es lo que sucederá en el consultorio y qué tan seguido se debe acudir a este tipo de consultas. Antes de la cita, hagan un juego de roles en el que representen lo que sucederá en el consultorio y platicuen sobre la importancia de cepillarse los dientes después de cada comida para remover cualquier residuo de alimento.



Reading Together

These are some books about teeth and going to the dentist that you could read during this project:

- *Alan's Big, Scary Teeth* by Jarvis

- *Toot and Puddle: Charming Opal* by Hollie Hobbie
- *Behold No Cavities! A Visit to the Dentist* (Spongebob Squarepants) by Sarah Wilson or *Show Me Your Smile! A Visit to the Dentist* (Dora the Explorer)



Leer juntos

Estos son un video y un par de libros acerca del cuidado dental que ustedes podrian revisar durante este proyecto:

- *Los aterradores dientes de Alan*. Véanlo en <https://www.youtube.com/watch?v=mQ4S7ACG96M>.
- *Aprendo a lavarme los dientes*. Varios autores
- *El cuento de los Duendes de los dientes* de Benny Besecke



Activity 1

How much do I know?

Take the following quiz with your child. Write down his or her responses to check again at the end of the Teeth project:

1. What do you use to clean your teeth?
2. How much toothpaste do you use?
3. How long do you brush?
4. How often should you brush?
5. What foods and drinks are bad for your teeth?

Notes: Children can learn how to brush their own teeth at about three years of age and should be brushing their own teeth, morning and night, using a toothbrush, toothpaste and floss, by age four. You should still supervise and check for proper cleaning.

Apply children's toothpaste (about the size of a small pea) to your child's toothbrush and encourage him or her to watch you (and any older siblings) as you all brush your teeth for approximately two minutes in the morning and at night.

The foods and drinks that are worst for teeth are: candy (or other sugary treats such as cookies), refined bread, carbonated drinks, citrus fruits, potato chips, dried fruits. We can eat and drink all these in moderation, but should rinse our mouths with water, and preferably floss, afterward.

Actividad 1

¿Qué tanto sé?

Realice la siguiente prueba con su hija o su hijo. Escriban en una hoja las respuestas y consérvanla para verificarlas al final del proyecto:

1. ¿Qué es lo que utilizas para limpiar tus dientes?
2. ¿Cuánta pasta de dientes ocupas?
3. ¿Durante cuánto tiempo te cepillas?
4. ¿Qué tan seguido debes lavarte los dientes?
5. ¿Cuáles son las comidas y bebidas que dañan tus dientes?

Nota: Los niños pueden aprender cómo cuidar sus dientes alrededor de los tres años. A los 4, deben comenzar a lavarlos por la mañana y por la noche usando cepillo, pasta e hilo dental. A esa edad, usted debe seguir supervisando y corroborando que la limpieza sea la apropiada.

Ponga un poco de pasta dental infantil (alrededor del tamaño de un pequeño chicharo) en el cepillo de dientes de su hija o de su hijo. Pídale que observe cómo usted (y cualquiera de sus hermanas o hermanos mayores) cepilla sus dientes durante aproximadamente dos minutos tanto por la mañana y como por la noche.

Los alimentos y bebidas que son dañinos para los dientes son: los caramelos (o cualquier otra golosina azucarada como las galletas), las harinas refinadas, las bebidas carbonatadas, las frutas cítricas, las papas fritas y las frutas secas. Por lo tanto, habrá que comerlos y beberlos moderadamente y, luego de hacerlo, enjuagar nuestras bocas con un poco de agua simple y de preferencia usando hilo dental.



Activity 2

How many teeth do we have?

Tell your child that he or she is going to count teeth!

You could start with a counting game. Take four jars and in each one put 10, 20, 30 or 40 objects. For example, one jar could have 10 dried beans, another could have 20 pasta shapes, and so on. After your child has counted the objects in each jar (with your help where necessary), ask him or her to guess how many teeth each member of your family has. Then have him or her count each family member's teeth. You could record the answers using a chart.

Family Member	Number of Teeth
Mom	31
Grandma	25
Billy	3

When all family member's teeth have been counted and recorded, encourage your child to decorate the table with pictures of everyone in his or her family, ready to take it to school.



“A person who has good thoughts cannot ever be ugly. You can have a wonky nose and a crooked mouth and a double chin and stick-out teeth, but if you have good thoughts they will shine out of your face like sunbeams and you will always look lovely.”

— Roald Dahl, *The Twits*

Actividad 2

¿Cuántos dientes tenemos?

¡Dígale a su hija o a su hijo que va a contar sus dientes!

Podrían comenzar con un juego de contar. Tomen cuatro envases y coloquen en ellos 10, 20, 30 y 40 objetos respectivamente. Por ejemplo, un frasco podría tener 10 frijolitos secos; otro, 20 sopitas de caracol, y así sucesivamente. Luego de que su hija o su hijo haya contado los objetos de cada frasco (ayudándole de ser necesario), pídale que trate de adivinar cuántos dientes tiene cada miembro de su familia. Luego, haga que cuente los dientes de cada uno de ustedes. Podrían anotar las respuestas en una tabla.

Cuando los dientes de toda la familia hayan sido contados y registrados, anime a su hija o a su hijo a decorar la tabla con fotos de cada uno de sus familiares para tenerla lista para llevarla a la escuela.

“Una persona que tiene pensamientos nobles nunca puede ser fea. Podrás tener la nariz chueca, la boca torcida, una enorme papada y los dientes de fuera, pero si tus pensamientos son nobles brillarán en tu rostro como rayos de sol, de tal modo que tú siempre lucirás esplendoroso.”

— Roald Dahl, *Los cretinos*

Activity 3

Which foods and drinks are bad for our teeth?

The next time your child is ready for a drink, offer him or her water, milk, soda, orange juice or lemonade. Ask if the drink is good or bad for his or her teeth.

Your child has carried out a science experiment at school using these drinks to discover the effects they have on teeth. Encourage him or her to tell you what the experiment consisted of. This is the procedure followed: first, four cups or glasses were placed on a table; then, an egg was placed

in each cup; after that, a different drink was poured into each cup; then the eggs were observed and left covered for a day; finally, the eggs were uncovered and observed again for differences. Your child discovered that discoloration and/or damage to the egg by the drink in the experiment reflects potential discoloration and/or damage that these drinks can cause to teeth. In this way, we can tell how healthy a drink is for our teeth.

Remind your child that we can avoid this discoloration or damage by brushing teeth regularly. If possible, carry out a similar experiment at home, using a different food or drink, and discuss the results together.



Actividad 3

¿Cuáles son los alimentos y bebidas que dañan nuestros dientes?

La próxima vez que su hija o su hijo se disponga a beber algo, ofrézcale agua, leche, refresco, jugo de naranja o limonada. Pregúntele si la bebida es buena o mala para sus dientes.

En la escuela, su hija o su hijo ha llevado a cabo un experimento usando estas bebidas con el objetivo de descubrir cuáles son los efectos que producen en los dientes. Anímele a que le cuente en que consistió. Este es el procedimiento seguido: primero, fueron colocados cuatro vasos sobre una mesa; luego, se puso en cada uno de ellos un huevo; después, se vertió una bebida diferente en cada recipiente; posteriormente, se observaron los huevos y se

dejaron cubiertos por un día; por último, los huevos fueron descubiertos y se analizaron sus diferencias. Así, se descubrió que la decoloración y/o el daño ocasionado al huevo por cada bebida refleja el que potencialmente pueden causar a los dientes. De esta manera, ahora sabemos qué tan saludable es una bebida para nuestros dientes.

Recuérdale a su hija o a su hijo que es posible evitar la decoloración o el daño de nuestros dientes cepillándolos regularmente. Si tienen la posibilidad, hagan un experimento similar en casa utilizando otras comidas y bebidas y comenten los resultados que obtengan.

“Cada diente en la cabeza de un hombre es más valioso que un diamante.”
— Miguel de Cervantes

“Every tooth in a man’s head is more valuable than a diamond.”

— Miguel de Cervantes



Activity 4

Our Tooth-care Routine

Discuss with your child what we should all do every day to help us have healthy teeth.

Design together a tooth-care calendar that includes a checklist with all the points mentioned.

You could, for example, use different-colored sticky stars for different members of the family. Each time a family member completes the routine, he or she gets a star. Display the poster on the bathroom door and use it every day. See who gets the most stars after a week!

Remember that the goal is to establish a healthy routine. After each brushing, celebrate your tooth-care routine by telling your child how proud you are of him or her, and follow up with a hug or a high five!

	Morning	Night	Checklist
Monday	★ Mike	★ Mike	1. Floss 2. Use a pea-sized amount of toothpaste 3. Brush for two minutes 4. Rinse mouth and toothbrush ★ Dad ★ Mike ★ David
Tuesday			
Wednesday			
Thursday			
Friday			
Saturday			
Sunday			



Actividad 4

Nuestra rutina de cuidado dental

Platique con su hija o con su hijo qué es lo que debemos hacer diariamente para tener unos dientes sanos.

Diseñen juntos un calendario de cuidado dental que incluya una lista con todos los puntos que hayan mencionado.

Podrían, por ejemplo, usar estrellas adhesivas de diferentes colores para cada uno de los miembros de la familia. Cada que alguno de ustedes complete la rutina, obtendrá a una estrella. Coloquen el calendario en la puerta de su baño y úsenlo diariamente. ¡Vean quién obtiene más estrellas después de una semana!

Recuerde que el objetivo es establecer una rutina saludable. Así que, después de cada cepillado, celebre el cumplimiento de la rutina de cuidado dental diciéndole a su hija o a su hijo lo orgulloso que está por haberla llevado a cabo. ¡Enfaticelo con un abrazo o chocándolas!

Activity 5

Teach us how!

Your child has learned a lot of new things about tooth-care in this project! The next time the family is all together, invite your child to teach everyone in the family what he or she has learned. If possible, help your child dress up as a dentist, wearing a white coat. Help him or her make a badge that says *Doctor (his or her name)*. Then organize a workshop in which your child demonstrates correct brushing and flossing before supervising each family member as he or she brushes and flosses.

“If you grit your teeth and show real determination, you’ll always have a chance.”

— Charles M. Schulz



Actividad 5

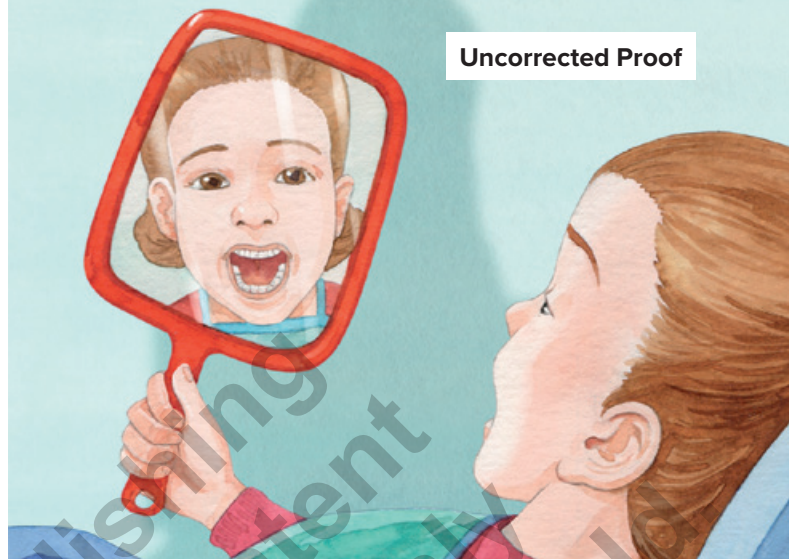
¡Enseñanos cómo!

¡Su hija o su hijo ha aprendido muchas cosas nuevas sobre el cuidado dental en este proyecto! La próxima vez que la familia se reúna, pídale que les muestre a todos qué es lo que ahora sabe. Si es posible, ayúdele a disfrazarse como dentista usando una bata blanca. Ayúdele a hacer una placa que diga 'Doctor (su nombre)'. Luego, organice un taller en el que, primero, su hija o su hijo exponga cómo es el cepillado correcto y cuál es el uso adecuado del hilo dental y, después, supervise la forma en que cada miembro de la familia lo hace.

“Si aprietas los dientes y muestras una verdadera determinación, siempre tendrás una oportunidad.”

— Charles M. Schulz





Activity 6

A Trip to a Dentist's Office

During this project, your child may go on a field trip to visit a dentist's office. Before the trip, ask him or her to tell you how he or she feels about going to the dentist. Explain that the dentist's job is to help him or her have strong, healthy teeth, and that the dentist's work complements the tooth-care routine at home. After the visit, ask your child if his or her feelings have changed about visiting the dentist. Ask him or her to tell you about the staff at the dentist's office, and which cool tools he or she saw there.

Teeth Display

We hope you can attend your child's display at school of everything he or she has learned about teeth in this project. Enjoy the presentation, look at all the evidence of learning and ask lots of questions. After the presentation, congratulate your child on everything he or she has learned about teeth!

Finally, take out the questions and answers noted down in Activity 1 (see page 10). Discuss the questions again to check how much you have both learned about tooth-care!



Actividad 6

Una travesía al dentista

Durante este proyecto, su hija o su hijo puede hacer una excursión al consultorio de algún dentista. Antes de comenzar ese viaje, pídale que le diga cómo se siente de visitar al dentista. Explíquele que el trabajo de este profesional es ayudarlo a tener unos dientes más fuertes y sanos y que su quehacer completa la rutina diaria de cuidado dental que ustedes realizan en casa. Luego de la visita, pregúntele si sus ideas sobre el dentista han cambiado. Pídale que le hable sobre el personal del consultorio, y acerca de las herramientas geniales vio ahí.

Muestra de dientes

Esperamos que usted haya podido asistir a la presentación escolar acerca de todo lo que su hija o su hijo ha aprendido sobre los dientes a lo largo de este proyecto. Disfrute la presentación, observe todas las evidencias de aprendizaje y haga tantas preguntas como pueda. Luego de la muestra, ¡felicite a su hija o a su hijo por todo lo que ha aprendido!

Para finalizar, retome las preguntas y respuestas que anotaron en la actividad 1 (ver página 10). ¡Comenten nuevamente las preguntas para verificar cuánto han aprendido sobre el cuidado dental!