



Al's Pals™

Kids Making Healthy Choices

by  Teaching Strategies®

Queridas familias,

¡Hola, es Al! ¡Nuestras estrellas de Al's Pals están creciendo grandes y fuertes cada día! Esta semana hemos explorado una destreza importante para solucionar problemas: **Parar y pensar**. Los niños jugaron un juego divertido llamado Estatuas para practicar cómo parar y pensar. Cuando el maestro dijo –¡pare!–, todos los niños se congelaron como estatuas. ¡Se divirtieron mucho! Disfrutamos y aprendimos mucho.

Jugar Estatuas nos ayudó a recordar que podemos parar y pensar cuando nuestros sentimientos son muy fuertes y pensamos que no tenemos control. Estamos aprendiendo que podemos parar y pensar y luego decidir cómo calmarnos y resolver el problema.

Todos tenemos sentimientos grandes. Cuando su niño tiene sentimientos fuertes en el hogar, puede ayudar usar la estrategia de parar y pensar. Puede preguntarle a su niño qué está haciendo y qué puede hacer después. El practicar un momentito de pensar puede ayudarle a su hijo a desarrollar el control de sí mismo. Cuando los niños toman un momento para parar y pensar, pueden tomar decisiones sanas y seguras.

Su amigo,
Al



Cante **¡Paro! ¡Y pienso!**
del Cancionero de Al's
Pals al escanear este
código QR.