



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

APRENDIZAJE TEMPRANO

de 3 a
5 años



ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
Para los estándares básicos de Utah
de aprendizaje temprano de 3 a 5 años

EDUCACIÓN PARA LA SALUD




Utah State Board of Education

250 East 500 South
P.O. Box 144200
Salt Lake City, Utah 84114-4200

Sydnee Dickson, Ed.D.
Superintendente estatal de enseñanza pública

<https://www.schools.utah.gov>



Todas las ilustraciones están protegidas por derechos de autor y no pueden utilizarse fuera de este documento.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD



INTRODUCCIÓN

El éxito de los niños pequeños de Utah está fuertemente ligado a su salud. El objetivo de la educación para la salud es ayudar a los educadores de la primera infancia y a las familias a desarrollar niños sanos y responsables, con conocimientos y habilidades que los lleven a tener comportamientos saludables de por vida. La inclusión de prácticas de salud en la educación de un niño contribuye positivamente a su capacidad para aprender, concentrarse y lograr la salud y el bienestar a lo largo de su vida. Los Estándares de Aprendizaje Temprano para Educación para la salud de Utah son una introducción a la salud física, mental, emocional y social.

Los estándares de salud constan de cuatro ramas:

El desarrollo humano se centra en la independencia en el cuidado y la higiene personal. Los niños con experiencia en el establecimiento de hábitos y rutinas para cuidar y proteger sus cuerpos de una manera apropiada para el desarrollo tienden a tener un crecimiento y desarrollo más saludables (Britto et al., 2017).

Los **Fundamentos de la salud y factores protectores de un yo sano se** centran en aprender las características de las relaciones seguras y saludables con compañeros y adultos de confianza (por ejemplo, padre, tutor, familiar, maestro, consejero, clérigo). Los niños con experiencia en la construcción de factores de protección sólidos a través de relaciones recíprocas positivas tienen menos probabilidades de desarrollar enfermedades mentales o trastornos por uso de sustancias (Shonkoff et al., 2012).

La **Salud Mental y Emocional se** centra en la conciencia y el cuidado de la salud mental y emocional de uno mismo y de los demás. Los niños con experiencia en el uso de estrategias para identificar y manejar sus pensamientos, sentimientos y comportamientos han demostrado ser más hábiles en la autorregulación y el autocontrol (Montroy et al., 2016; Schore, 2015).

La **nutrición se** centra en comprender la importancia de los alimentos nutricionales para la salud durante toda la vida, incluidas las opciones de alimentos, como la identificación de alimentos más o menos saludables y cómo nutrir adecuadamente el cuerpo. Una nutrición adecuada está relacionada con la preparación para el aprendizaje, el rendimiento académico, la salud emocional, el apoyo al sistema inmunológico y la reducción de la aparición de muchas enfermedades (Britto et al., 2017).

LOS ADULTOS APOYAN EL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD CUANDO ELLOS:

- Animar al niño a participar en las rutinas de la hora de dormir, incluido el cepillado de los dientes, etc.

- Proporcionan ejemplos de lo que es y no es un buen amigo.
- Brindan sugerencias para turnarse de manera apropiada.
- Hablan sobre los alimentos en el medioambiente y conversan acerca de alimentos saludables para los bocadillos.
- Ayudan a los niños a reconocer sus sentimientos y les enseñan formas apropiadas de manejarlos.

Estrategias y actividades para niños de 3-AÑOS

Rama 1: **DESARROLLO HUMANO**

Los estudiantes aprenderán independencia en las habilidades básicas de higiene y comprenderán diferentes tipos de contacto.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO HUMANO

- Enseñar, modelar y practicar habilidades de cuidado personal.
- Enseñar, modelar y practicar habilidades para resolver problemas.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
Educación para la salud 3 años 1.1: Participar y desarrollar la higiene y el cuidado personal.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cree apoyos visuales que muestren los pasos de las rutinas de todos los días, como: <ul style="list-style-type: none"> • colgar abrigos y mochilas • usar el baño • lavarse las manos • sonarse la nariz • toser en el lado interno del codo • empaquetar mochilas para ir a casa ■ Use una marioneta para mostrar cómo usar un pañuelo.
Educación para la salud 3 años 1.2: Desarrollar conciencia entre formas de contacto apropiado e inapropiado.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Establezca reglas sencillas en el aula con apoyos visuales para resolver conflictos e involucrar a los estudiantes en la identificación y discusión de las razones de las reglas y expectativas de comportamiento. ■ Proporcione alternativas a golpear, patear, morder, etc. ■ Identifique y siga las pautas de Prevención del Abuso Infantil de Utah para enseñar el tacto seguro. ■ Discuta que los estudiantes tienen una opción en aceptar el toque físico de los demás (abrazos, besos, chocar palmas, etc.).

Rama 2: **FUNDAMENTOS DE LA SALUD Y FACTORES DE PROTECCIÓN DE UNA PERSONA SALUDABLE**

Los estudiantes aprenderán las características de las relaciones seguras y saludables.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA UN YO SALUDABLE

- Utilice los nombres de los estudiantes a menudo en rutinas diarias, canciones, juegos, transiciones y otras actividades, tanto orales como escritas.
- Proporcione tiempo y oportunidades de juego para los estudiantes.
- Enseñe, modele y practique comportamientos sociales a través de juegos.
- Enseñe, modele y practique un lenguaje educado con y para los estudiantes.
- Use marionetas o peluches para simular las posibles soluciones que ayudan a resolver conflictos.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 3 años 2.1: Con indicaciones y apoyo, identifique a adultos de confianza (por ejemplo, padre, tutor, pariente, maestro, consejero, clérigo) y describa cómo reconocer las características que los hacen confiables y seguros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ayude a los estudiantes a identificar un mínimo de 3 adultos de confianza en el hogar, la escuela o la comunidad que puedan proporcionarles ayuda. ■ Invite a los empleados de la escuela (por ejemplo, administración, custodio, secretario, cocinero, etc.) y ayudantes de la comunidad a visitar el aula. ■ Cree una pantalla visual o un libro para ayudar a los estudiantes a identificar adultos de confianza.
<p>Educación para la salud 3 años 2.2: Identificar y practicar cómo hacer amigos y ser un buen amigo llamando a sus compañeros por su nombre y participando en juegos en paralelo y asociativos.</p>	<p>Proporcione tiempo y oportunidades de juego para que los estudiantes practiquen habilidades sociales y jueguen juntos, incluyendo un centro de juego dramático.</p>

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 3 años 2.3: Con indicaciones y apoyo, comenzar a unirse, mantener interacciones e interactuar cooperativamente con otros compartiendo, tomando turnos, resolviendo conflictos y reconociendo las necesidades de los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Enseñe, modele y practique comportamientos sociales a través de juegos en grupos pequeños y participe activamente y apoye a los estudiantes en el juego cooperativo. ■ Enseñe, modele y practique formas apropiadas para atraer la atención de alguien y responder a los demás. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> • Tocar ligeramente a alguien en el hombro. • Referirse a alguien por su nombre. • Dar la vuelta y mirar cuando llamen su nombre. • Escuchar y responder cuando se le hable.
<p>Educación para la salud 3 años 2.4: Con indicaciones y apoyo, prestar atención y demostrar aprecio por las acciones o decisiones de los demás (por ejemplo, felicitar a los demás).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Enseñar, modelar y practicar un lenguaje educado. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> • Usar palabras amables. • Dar cumplidos genuinos y descriptivos. ■ Cuando surjan conflictos, fomentar la solución de problemas. ■ Discutir las reglas simples del aula y usar apoyos visuales para resolver conflictos. ■ Enseñar, modelar y simular habilidades de solución de problemas entre compañeros.

Rama 3: **SALUD MENTAL Y EMOCIONAL**

Los estudiantes identificarán emociones y reaccionarán apropiadamente a diferentes emociones.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

- Enseñar y modelar la expresión y calificar las emociones y los sentimientos. Practicar estas habilidades en grupos pequeños o individualmente.
- Concéntrese en una nueva técnica calmante cada semana y repítala a lo largo del año.
- Pedir a los estudiantes que califiquen cómo se sienten todos los días.
- Apoyar a los estudiantes en la identificación de expresiones faciales y lenguaje corporal que comunica los sentimientos e intenciones de los demás.
- Apoyar a los estudiantes con indicaciones sociales y señales para enseñar comportamientos esperados.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 3 años 3.1: Con indicaciones y apoyo, expresar, identificar y etiquetar emociones (por ejemplo, feliz, triste, enojado, asustado) y sensaciones (por ejemplo, sed, hambre, calor, frío, cansancio).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Proporcione apoyos visuales para identificar y expresar emociones como fichas didácticas, libros y carteles. ■ Enseñe y modele que sentir emociones diferentes está bien. ■ Permita a los estudiantes ver sus diferentes expresiones faciales en un espejo.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 3 años 3.2: Con indicaciones y apoyo, comenzar a demostrar métodos para calmarse (por ejemplo, respiración profunda, contar hasta diez, concentración).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Practique y modele la respiración profunda como técnica de relajación utilizando apoyos visuales e imágenes (como pretender soplar velas respirando lentamente por la boca). ■ Practique y modele el control de impulsos mediante la identificación de respuestas conductuales adecuadas (por ejemplo, detenerse, contar hasta 10 y obtener el control del cuerpo y/o las emociones; tomar un trago de agua). ■ Practique y modele estrategias de concentración como estirarse como un animal y autocharla positiva. ■ Pida a los estudiantes que se acuesten de espaldas y coloquen su mano o un objeto sobre su pecho o estómago para verlo levantarse y caer con respiraciones profundas.
<p>Educación para la salud 3 años 3.3: Con indicaciones y apoyo, comenzar a desarrollar el autocontrol regulando los propios impulsos y sentimientos, seguir instrucciones sencillas, esperar su turno, hacer la transición entre actividades y cumplir con las limitaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Involucre a los estudiantes en juegos y actividades específicamente relacionadas con la enseñanza de la autorregulación (por ejemplo, juegos o canciones de “congelarse”, actividades, juegos o canciones en que toman turnos). ■ Desarrolle rutinas y horarios consistentes y predecibles para el aula.



Rama 4: **NUTRICIÓN**

Los estudiantes comprenderán por qué la elección de alimentos es importante para la salud.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA LA NUTRICIÓN:

- Identifique una variedad de alimentos y bebidas saludables, incluidos los alimentos según la cultura de los estudiantes en su aula.
- Proporcione alimentos de juego y discuta si se deben comer en cualquier momento o a veces.
- Anime a los estudiantes a probar diferentes alimentos. También puede invitarlos a tocar, oler y posiblemente lamer alimentos que dudan probar.
- Fomente la discusión entre compañeros durante las horas de bocadillos.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 3 años 4.1: Comenzar a identificar la diferencia entre opciones de alimentos saludables y menos saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Discuta los alimentos saludables y menos saludables para los bocadillos y las comidas. ■ Utilice apoyos visuales como imágenes, alimentos de juego o comida real para introducir el concepto de opciones de alimentos “saludables” y “menos saludables”. ■ Clasifique los alimentos en categorías saludables y menos saludables.
<p>Educación para la salud 3 años 4.2: Comenzar a identificar por qué es importante comer alimentos saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Discuta los alimentos saludables y menos saludables para los bocadillos y las comidas. ■ Utilice apoyos visuales como imágenes, alimentos de juego o comida real para introducir el concepto de opciones de alimentos “saludables” y “menos saludables”. ■ Clasifique los alimentos en categorías saludables y menos saludables: <ul style="list-style-type: none"> • Ayudarle a crecer • Ayudarle a mantenerse fuerte • Evitar que se enferme • Mantener las funciones de su cuerpo • Mantener sus dientes fuertes

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
Educación para la salud 3 años 4.3: Con indicaciones y apoyo, probar nuevos alimentos de una variedad de grupos de alimentos.	Proporcione oportunidades para que los estudiantes prueben una variedad de alimentos de diferentes grupos de alimentos y culturas durante los bocadillos y las comidas (manteniendo al mismo tiempo los requisitos del departamento de salud estatal y local y los programas federales de alimentos).

Estrategias y actividades para niños de 4-AÑOS

Rama 1: **DESARROLLO HUMANO**

Los estudiantes aprenderán independencia en las habilidades básicas de higiene y comprenderán diferentes tipos de contacto.

ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES GENERALES PARA EL DESARROLLO HUMANO:

- Enseñar, modelar y practicar habilidades de cuidado personal.
- Enseñar, modelar y practicar habilidades para resolver problemas.

Las estrategias y actividades que se destacan en morado son específicas para estudiantes de 4 años.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 1.1: Demostrar independencia en la higiene y el cuidado personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cree apoyos visuales que muestren los pasos de las rutinas de todos los días, como: <ul style="list-style-type: none"> • colgar abrigos y mochilas • usar el baño • lavarse las manos • sonarse la nariz • toser en el lado interno del codo • empaquetar mochilas para ir a casa ■ Use una marioneta para mostrar cómo usar un pañuelo.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 1.2: Con indicaciones y apoyo, distinguir entre formas de contacto apropiado e inapropiado.</p>	<ul style="list-style-type: none">■ Establezca reglas sencillas en el aula con apoyos visuales para resolver conflictos e involucrar a los estudiantes en la identificación y discusión de las razones de las reglas y expectativas de comportamiento.■ Enseñe, modele y practique habilidades para resolver problemas con los compañeros y proporcionar alternativas a golpear, patear, morder, etc.■ Identifique y siga las pautas de <u>Prevención del Abuso Infantil de Utah</u> para enseñar el tacto seguro.■ Discuta que los estudiantes tienen una opción en aceptar el toque físico de los demás (abrazos, besos, chocar palmas, etc.).

Rama 2: **FUNDAMENTOS DE LA SALUD Y FACTORES DE PROTECCIÓN DE UNA PERSONA SALUDABLE**

Los estudiantes aprenderán las características de las relaciones seguras y saludables.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA UN YO SALUDABLE:

- Utilice los nombres de los estudiantes a menudo en rutinas diarias, canciones, juegos, transiciones y otras actividades, tanto orales como escritas.
- Proporcione tiempo y oportunidades de juego para los estudiantes.
- Enseñe, modele y practique comportamientos sociales a través de juegos.
- Enseñe, modele y practique un lenguaje educado con y para los estudiantes.
- Use marionetas o peluches para simular las posibles soluciones que ayudan a resolver conflictos.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 2.1: Con indicaciones y apoyo, identifique a adultos de confianza (por ejemplo, padre, tutor, pariente, maestro, consejero, clérigo) y describir cómo reconocer las características que los hacen confiables y seguros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ayude a los estudiantes a identificar un mínimo de 3 adultos de confianza en el hogar, la escuela o la comunidad que puedan proporcionarles ayuda. ■ Invite a los empleados de la escuela (por ejemplo, administración, custodio, secretario, cocinero, etc.), ayudantes de la comunidad y miembros de la comunidad a visitar el aula. ■ Cree una pantalla visual o un libro para ayudar a los estudiantes a identificar adultos de confianza.
<p>Educación para la salud 4 años 2.2: Identificar y practicar cómo hacer amigos y ser un buen amigo desarrollando y usando habilidades de amistad con compañeros y participando en juegos cooperativos.</p>	<p>Proporcione tiempo y oportunidades de juego para que los estudiantes practiquen habilidades sociales y jueguen juntos.</p>

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 2.3: Con indicaciones y apoyo, unirse, invitar e interactuar cooperativamente con otros, compartiendo, tomando turnos, resolviendo conflictos y reconociendo las necesidades de los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Enseñe, modele y practique comportamientos sociales a través de juegos en grupos pequeños y participe activamente y apoye a los estudiantes en el juego. ■ Enseñe, modele y practique formas apropiadas para atraer la atención de alguien y responder a los demás. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> • Tocar ligeramente a alguien en el hombro. • Referirse a alguien por su nombre. • Dar la vuelta y mirar cuando llamen su nombre. • Escuchar y responder cuando se le hable.
<p>Educación para la salud 4 años 2.4: Con indicaciones y apoyo, prestar atención y demostrar aprecio por las acciones o decisiones de los demás (por ejemplo, felicitar a los demás).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cuando surjan conflictos, fomentar la solución de problemas. ■ Discutir las reglas simples del aula y usar apoyos visuales para resolver conflictos. ■ Enseñe, modele y simule habilidades de solución de problemas entre compañeros.



Rama 3: **SALUD MENTAL Y EMOCIONAL**

Los estudiantes identificarán emociones y reaccionarán apropiadamente a diferentes emociones.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL:

- Enseñar y modelar la expresión y calificar las emociones y los sentimientos. Practicar estas habilidades en grupos pequeños o individualmente.
- Concéntrese en una nueva técnica calmante cada semana y repítala a lo largo del año.
- Pedir a los estudiantes que califiquen cómo se sienten todos los días.
- Apoyar a los estudiantes en la identificación de expresiones faciales y lenguaje corporal que comunica los sentimientos e intenciones de los demás.
- Apoyar a los estudiantes con indicaciones sociales y señales para enseñar comportamientos esperados.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 3.1: Expresar, identificar y etiquetar las emociones propias y de los demás (por ejemplo, feliz, triste, enojado, asustado, frustrado, aburrido) y sentimientos (por ejemplo, sed, hambre, calor, frío, cansancio).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Proporcione apoyos visuales para identificar y expresar emociones como fichas didácticas, libros y carteles. ■ Enseñe y modele que sentir diferentes emociones está bien. ■ Permita a los estudiantes ver sus diferentes expresiones faciales en un espejo.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 3.2: Con indicaciones y apoyo, comenzar a demostrar métodos para calmarse (por ejemplo, respiración profunda, contar hasta diez, concentración).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Practique y modele la respiración profunda como técnica de relajación utilizando apoyos visuales e imágenes (como pretender soplar velas respirando lentamente por la boca). ■ Practique y modele el control de impulsos mediante la identificación de respuestas conductuales adecuadas (por ejemplo, detenerse, contar hasta 10 y obtener el control del cuerpo y/o las emociones; tomar un trago de agua). ■ Practique y modele estrategias de concentración como estirarse como un animal y autocharla positiva. ■ Pida a los estudiantes que se acuesten de espaldas y coloquen su mano o un objeto sobre su pecho o estómago para verlo levantarse y caer con respiraciones profundas.
<p>Educación para la salud 4 años 3.3: Con indicaciones y apoyo, desarrollar y practicar el autocontrol regulando los propios impulsos y sentimientos, siguiendo instrucciones simples, esperando turnos, haciendo la transición entre actividades y cumpliendo con las limitaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Involucre a los estudiantes en juegos y actividades específicamente relacionadas con la enseñanza de la autorregulación (por ejemplo, juegos o canciones de “congelarse”, actividades, juegos o canciones en que toman turnos). ■ Desarrolle y use rutinas y horarios consistentes y predecibles para el aula. ■ Apoye a los estudiantes en la comunicación de sus sentimientos e intenciones a los demás a través del modelado, la conversación paralela y la identificación del lenguaje corporal de los estudiantes. ■ Apoye a los estudiantes con indicaciones sociales y señales para recordarles los comportamientos esperados.

Rama 4: **NUTRICIÓN**

Los estudiantes comprenderán por qué la elección de alimentos es importante para la salud.

ESTRATEGIAS GENERALES Y ACTIVIDADES PARA LA NUTRICIÓN:

- Identifique una variedad de alimentos y bebidas saludables, incluidos los alimentos según la cultura de los estudiantes en su aula.
- Proporcione alimentos de juego y discuta si se deben comer en cualquier momento o a veces.
- Anime a los estudiantes a probar diferentes alimentos. También puede invitarlos a tocar, oler y posiblemente lamer alimentos que dudan probar.
- Fomente la discusión entre compañeros durante las horas de bocadillos.

ESTÁNDARES	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES
<p>Educación para la salud 4 años 4.1: Identificar distintos alimentos saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Identifique una variedad de alimentos saludables que los estudiantes consumen, incluidos alimentos que reflejan diferentes culturas familiares de los estudiantes en su aula. ■ Utilice apoyos visuales como imágenes, alimentos de juego o comida real para introducir el concepto de opciones de alimentos “saludables” y “menos saludables”. ■ Proporcione actividades para ayudar a los estudiantes a clasificar los alimentos en categorías de alimentos saludables y menos saludables.
<p>Educación para la salud 4 años 4.2: Identificar por qué es importante comer alimentos saludables y comenzar a clasificarlos en grupos de alimentos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Utilice apoyos visuales, como carteles y libros, para discutir las ventajas de comer alimentos saludables. Por ejemplo, los alimentos saludables pueden: <ul style="list-style-type: none"> • Ayudarte a crecer. • Ayudarte a mantenerte fuerte. • Evitar que te enfermes. • Mantener las funciones de tu cuerpo. • Mantener tus dientes fuertes.
<p>Educación para la salud 4 años 4.3: Con indicaciones y apoyo, probar nuevos alimentos de una variedad de grupos de alimentos.</p>	<p>Proporcione oportunidades para que los estudiantes prueben una variedad de alimentos de diferentes grupos de alimentos y culturas (manteniendo al mismo tiempo los requisitos del departamento de salud estatal y local y los programas federales de alimentos).</p>

REFERENCIAS

- Britto, P. R., Lye, S. J., Proulx, K., Yousafzai, A. K., Matthews, S. G., Vaivada, T., Perez-Escamilla, R., Rao, N., Ip, P., Fernald, L. C.H., Macmillan, H. Hanson, M., Wachs, T. D., Yao, H., Yoshikawa, H., Cerezo, A., Leckman, J. F., Bhutta, Z. A., & Early Childhood Interventions Review Group, for the Lancet Early Childhood Development Series Steering Committee. (2017). Nurturing care: promoting early childhood development. *The Lancet*, 389(10064), 91-102. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31390-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31390-3)
- Montroy, J. J., Bowles, R. P., Skibbe, L. E., McClelland, M. M., & Morrison, F. J. (2016). The development of self-regulation across early childhood. *Developmental psychology*, 52(11), 1744. <https://doi.org/10.1037/dev0000159>
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., Pascoe, Wood, D. L.. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232-e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- Schore, A. N. (2015). *Affect regulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development*. Routledge.



Utah State Board of Education

250 East 500 South
P.O. Box 144200
Salt Lake City, UT 84114-4200

Sydnee Dickson, Ed.D.
Superintendente estatal
de enseñanza pública