

Go Outside with FocusedKids

Take the Brain Buddies on Adventures



This summer do not forget to take Guard Dog, Wise Owl, and Miss Elephante with you on hikes, vacations, visits to the pool, or in your home backyard. Guard Dog can get upset when a hike feels challenging, a game is lost, or someone has skipped their place in line while waiting for the best slide at the pool. These moments are opportunities for caretakers to use language and strategies that turn these stressful interruptions into learning opportunities.



Learning Opportunities Are Everywhere

Playing with children can be challenging, especially when they are emotionally dysregulated. However, times of play and exploration provide great opportunities to teach regulation skills to your child.



It is hard to wait your turn, and this can frustrate your Guard Dog. Let's count to ten and take a big belly breath to see if it helps Guard Dog calm down so that you can enjoy your day at the park.



At the pool today, Miss Elephante can help us remember some ways to stay safe like wearing sunscreen, walking, and not diving into the shallow end.



Losing a game is hard to accept and can get your Guard Dog distracted. Why don't we do some stretching to see if we can calm Guard Dog down and let Wise Owl be in charge, then we can ask Wise Owl how to talk through our frustrations of losing.

These scripts provide examples of how to use FocusedKids' methods while engaging in playful activities with your child:

Learn our method
and get tips at
[focusedkids.org](https://www.focusedkids.org).

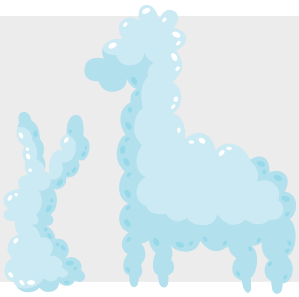


Explore with Your Child This Summer



Take a Nature Scavenger Hunt

While on a hike, have your child point to something green, white, pointy, smooth, big, small, etc....



Find Animals in the Clouds

Lying on a blanket and looking for different images in the sky is very regulating and sparks imagination. Your child can even look for Guard Dog, Wise Owl, and Miss Elephante!



Play Games

Finding games to play outside is a great way to spend time together and work with your child on social skills.



Create Obstacle Courses

This is a great activity to do in your yard or at the park. Model making mistakes while participating and show your child how you manage your emotions when you mess something up.



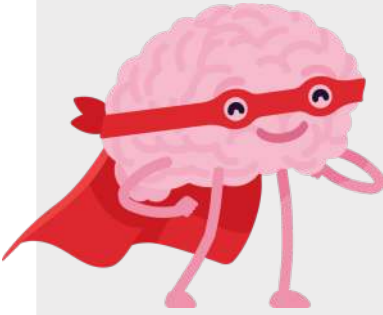
Don't Always Let Your Child Win

This might spark some dysregulation in your child, but learning how to lose is really important in social learning.



Disfruta del Aire Libre con FocusedKids

Lleva a los amigos del cerebro a tus aventuras



Este verano no olvides de llevar al Perro Guardián, Búho Sabio, y Miss Elefante contigo en tus caminatas, vacaciones, la piscina, o al patio de tu casa. El perro guardián se puede molestar cuando una caminata es desafiante, pierde un juego o alguien se ha saltado su lugar en la fila mientras esperaba por el mejor tobogán de la piscina. Estos momentos son oportunidades para que los adultos utilicen un lenguaje adecuado y estrategias que convierten estas interrupciones estresantes en oportunidades de aprendizaje.



Las oportunidades de aprendizaje están por todas partes

Jugar con niños puede ser un desafío, especialmente cuando están emocionalmente desregulados. Sin embargo, los tiempos de juego y la exploración brindan grandes oportunidades para enseñar habilidades de regulación a su hijo.



Es difícil esperar tu turno y esto puede frustrar a tu Perro guardián. Contemos hasta diez y respiremos profundamente para ver si ayuda a que el perro guardián se calme para que puedas disfrutar tu día en el parque.



En la piscina hoy, la señorita Elefante puede ayudarnos a recordar algunas maneras de mantenerse seguros como usar protector solar, caminar y no sumergirse en el extremo poco profundo.



Perder en un juego es difícil de aceptar y puede distraer a tu Perro guardián. ¿Por qué no hacemos un estiramiento para ver si podemos calmar al perro guardián y dejar que el búho sabio esté a cargo? Entonces podemos preguntarle al búho sabio cómo hablar cuando nos frustramos al perder.

Estos guiones proporcionan ejemplos de cómo utilizar los métodos de FocusedKids mientras participa en actividades divertidas con su hijo(s).

Aprende más sobre nuestro método en: focusedkids.org.

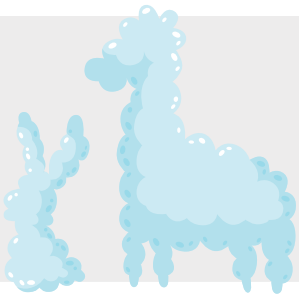


Explora con Tus Hijos este Verano



Salgan a buscar un tesoro en la naturaleza

Durante una caminata, pídale a su hijo que señale algo verde, blanco, puntiagudo, liso, grande, pequeño, etc.



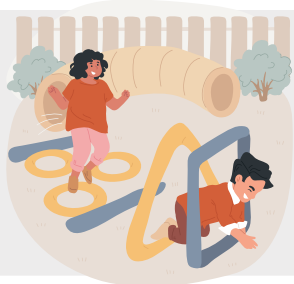
Encuentra figuras de animales en la nubes

Acuéstense sobre una manta y busquen diferentes imágenes en las nubes. Es muy regulador y despierta la imaginación. Su hijo puede incluso buscar al perro guardián, al búho sabio y a la señorita Elefante.



Jueguen Juntos

Encontrar juegos para jugar al aire libre es una excelente manera de pasar tiempo juntos y trabajar con su hijo en sus habilidades sociales.



Cree Carreras de Obstáculos

Es una gran actividad que lo puede hacer en su jardín o en el parque. Modele cómo comete errores mientras participa y muéstrele a su hijo cómo usted maneja sus emociones cuando arruina algo.



No Deje Ganar a su Hijo Siempre

Esto podría provocar cierta desregulación en su hijo, pero aprender a perder es realmente importante para el aprendizaje social.

