

Estimados estudiantes, familias y amigos:

Las actividades en las siguientes páginas fueron creadas para que usted pueda mejorar sus habilidades, desafiarse a sí mismo y explorar el aprendizaje. Estos no están destinados a reemplazar el aprendizaje en el aula y no se les pide a los padres que reemplacen a los maestros. Si en algún momento, está confundido acerca de una actividad, necesita un poco de apoyo adicional, o tal vez solo necesita hablar con alguien, nuestros maestros y personal están aquí para ayudarlo.

- Todos los maestros mantienen horarios regulares de oficina desde las 9 am hasta el mediodía cada día escolar.
- Todos los maestros y el personal pueden ser contactados por correo electrónico (firstname.lastname@fsd145.org) (primernombre.apellido@fsd145.org)
- Algunos maestros también usan Recordatorio, Schoology o Google Classroom para enviar y recibir mensajes.

Para obtener la información más actualizada sobre nuestro cierre de emergencia y planes de aprendizaje remoto, visite nuestro sitio web (<https://www.fsd145.org/emergency>) para obtener actualizaciones periódicas. Siempre encontrará información ordenada por fecha, por lo que debería ser fácil seguir las actualizaciones más recientes.



Cuidense y permanezcan seguras. Nos vemos pronto,


de todos nosotros aquí en el Distrito Escolar de Freeport

Pre -K - Earth			4/23/20 - 5/6/20
Tema (s)	ELA habilidades de enfoque	Habilidades matemáticas de enfoque	Otras habilidades de enfoque
Tiempo de primavera	Letras	Contando	Descubriendo insectos y animales
	Interactúa con los libros	Palabras de posición	
	Rima	Números	Desarrollo físico
	Aliteraciones	Gráficos (más, menos)	

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 23 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional [cualquier materia]
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Recorta 10 triángulos en forma de zanahoria. Escriba los números del 1 al 10 en las puntas. Recorta tiras verdes y une el número correspondiente de tiras al número en el triángulo de zanahoria.</p>  <p>6.A.ECa 6.A.ECd</p>	<p>El conejo comienza con 'C'. Busque cosas dentro y fuera que comiencen con la letra 'C'.</p> <p>Escriba estos hallazgos juntos y hable sobre ellos.</p> <p>4.A.ECe 4.B.ECb</p>	<p>Los conejos generalmente tienen grandes camadas de conejitos en la primavera. Los conejos son otro símbolo de una nueva vida. Son una señal de que ha llegado la primavera.</p> <p>Sal y busca conejos. ¿Cuántos puedes encontrar?</p>	<p>Movearse</p> <p>Di esta rima y salta como un conejito.</p> <p>“Conejito, conejito, saltando alto; Conejito, conejito, saltando bajo; Conejito, conejito saltando rápido; Conejito, conejito saltando despacio.</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>En papel, escriba los números del 1 al 10. Haga que su hijo ponga los números en orden.</p> <p>6.A.ECa 6.A.ECg</p>	<p>Tiempo de rima:</p> <p>"Vengan mis conejitos, es hora de acostarse". Eso es lo que dijo Mama Conejita. "Pero primero te contaré solo para ver. Si todos volvieron a mí ... " Conejito 1, conejito 2, conejito 3, oh querido, conejito 4, conejito 5, ¡sí, están todos aquí!" Léale la rima a su hijo.</p> <p>4.C.ECb</p>	<p>11.A.ECa 6.A.ECa</p>	<p>¿Puedes saltar como la rima?</p> <p>4.C.ECb 19.A.ECa</p>

Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 24 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Recorta una variedad de formas (círculos, triángulos, cuadrados, rectángulos) de papel de diferentes colores. Haz una flor con estas formas. Puedes pegar tus formas al papel. Sigue jugando con formas. ¿Qué más puedes hacer con las formas?</p> <p>9.A.ECa 9.A.ECd</p>	<p>Sal y busca diferentes flores y signos de la primavera. Haz dibujos de las cosas de primavera que ves. Escribe o dicta lo que has dibujado.</p> <p>5.B.ECc</p>	<p>Remoje un frijol seco o semilla en agua durante unas horas. Luego ponga el frijol en una bolsa de plástico con cierre hermético. Agregue una toalla de papel húmeda. Pega la bolsa a una ventana que reciba sol brillante. ¡Míralo crecer!</p> <p>2.B.ECa 12.B.ECb</p>	<p>Sea un buen ayudante para su adulto en el jardín o patio. Tire de las malas hierbas y plante flores. Riéguelas con una regadera.</p> <p>2.B.ECa 12.B.ECb</p> <p>Disfruta leyendo algunos libros de primavera.</p> <p>Planting a Rainbow de Lois Ehlert</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=r_WhqKfIWSs</p> <p>Mouse's First Spring</p> <p>Por Lauren Thompson</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=uFkYLgCMw7I</p>
Actividad 2 e Instrucciones	<p>Conteo de pétalos de flores. Encuentra algunas flores de primavera y cuenta la cantidad de pétalos en las flores.</p> <p>6.A.ECa</p>	<p>Sol y semillas comienzan con la letra S. Busque en su casa otras cosas que comiencen con la letra S.</p> <p>4.C.ECd</p>		

Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y Social / Páginas de aprendizaje emocional para actividades más específicas de grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes de

Pre-K - 27 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>¡Dibuja un dibujo de una mariposa!</p> <p>Las alas de una mariposa son simétricas. El ala izquierda y la derecha son iguales. ¡Colorea las alas de la mariposa para que se vean exactamente iguales!</p> <p>10.C.ECa</p>	<p>Lee un libro sobre mariposas si tienes uno. Si no, lee cualquier libro que tenga disponible. Hable acerca de las imágenes, los colores y las cosas que ve en el libro. ¿Qué puede encontrar su hijo?</p> <p>Ej: Oruga muy hambrienta de Eric Carle</p> <p>Esperando alas de Lois Ehlert</p> <p>The Crunching, Munching Caterpillar de Sheridan Cain</p> <p>2.C.ECa 2.C.ECb</p>	<p>Ir a cazar insectos.</p> <p>Mire las hojas y debajo de las rocas para ver si puede encontrar pequeñas orugas u otros insectos.</p> <p>11.A.ECf 12.A.ECa</p>	<p>Ser una oruga</p> <p>Simula ser una oruga y gatear. ¡Haz una crisálida envolviéndote en una manta, luego sal y usa tu manta como alas para volar!</p> <p>12.A.ECb</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>Palabras de posición</p> <p>Haz una mariposa o simula que eres una mariposa. Que esa mariposa vuele ... Encima, sobre, adentro, debajo, entre, al lado, además, detrás, delante, adelante, atrás</p> <p>9.B.ECa 9.B.ECb ;</p>	<p>Carta!</p> <p>Encuentre palabras alrededor de la casa que comiencen con la letra "M", al igual que las mariposas.</p> <p>Ej: Mesa, Muñeca, Marrón</p> <p>4.B.ECc</p>		

Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 28 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Sal y explota burbujas con tu adulto. ¡Cuenta las burbujas antes de que exploten!</p> <p>Solución de burbujas casera fácil:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utilice una taza grande. 2. Vierte 1/2 taza de detergente en la taza. 3. Agregue 1 y 1/2 tazas de agua. 4. Toma 2 cucharaditas de azúcar y agrégala a la mezcla de agua y jabón. 5. Revuelve suavemente tu mezcla. 6. ¡Sal y sopla burbujas! <p>6.A.ECa</p>	<p>Haga un dibujo del tiempo del que su familiar le habla y haga que su adulto escriba los detalles en la imagen (los detalles pueden incluir: nubes, lluvia, casa, etc.)</p> <p>12.D.ECa 25.A. ECd</p>	<p>Llame a un miembro de la familia que no viva con usted y hable sobre el clima en el lugar donde se encuentra.</p> <p>12.D.ECa 1.B.ECa 1.C.ECa</p>	<p>Salud - A los conejos les gusta comer zanahorias y lechuga. Ayuda a tu adulto a hacer una bandeja de verduras. Finge ser un conejito y come tus verduras. Cuente sus verduras y vea cuántas come.</p> <p>6.A.ECa 11.A.ECc</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>Hacer un avión de papel a partir de papel. Dobla el papel por la mitad, vuelve a desplegarlo y toma las esquinas superiores, dóblalas en el pliegue central y plieguelas. Doblar por la mitad otra vez. ¡Toma cada lado y dobla hacia abajo hasta el área central y déjalo volar!</p> <p>Mida como de lejos viaja usando herramientas de medición no convencionales como zapatos, lápices, etc.</p> <p>7.A.ECb</p>	<p>Salga y elija una flor, hoja, palo, algo de primavera y llévelo adentro. Hablen sobre ¿Cuáles son las partes? (flor, tallo, corteza, etc.) ¿Qué se siente? ¿Huele a?</p> <p>Haga que su adulto escriba lo que usted dice.</p> <p>12.A.ECa 5.B.ECb</p>		

Asegúrese de consultar las ofertas especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de

Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado. Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 29 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencias / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Relájese</p> <p>Pregúntele a su adulto si puede bañarse. Finge que tu bañera es un estanque. Haga sus propios nenúfares con platos de plástico u otros artículos que floten.</p> <p>¿Cuántos juguetes de baño puedes equilibrar antes de que se hunda?</p> <p>Hable acerca de lo que significa hundirse y flotar.</p> <p>¿Qué más puedes encontrar que se hunda o flote?</p> <p>6.A.ECa 11.A.ECc 11.A.ECf</p>	<p>Crea tu propio conjunto de 5 ranas moteadas con plastilina, papel, marcadores o cualquier otro material que tengas. Una vez que las cree, puede cantar la canción que la acompaña.</p> <p>“5 ranas verdes y moteadas Sentados en un tronco moteado Comiendo algunos de los bichos más deliciosos ¡ Yum-yum! Uno saltó a la piscina donde era agradable y fresco. Ahora hay 4 ranas verdes moteadas Glub glub ”</p> <p>Continúas cantando esta canción contando desde 5 hasta que no queden ranas verdes moteadas.</p> <p>6.A.ECa</p>	<p>Sal a caminar.</p> <p>¿Qué tipo de cosas en su vecindario le recuerdan las señales para la primavera?</p> <p>La primavera es la estación en la que comienza a aparecer una nueva vida: los árboles y las flores florecen, nacen crías de animales y el clima comienza a ser más cálido.</p> <p>12.A.ECb</p>	<p>Ayudando -</p> <p>A los patos y las ranas les encanta el agua. Llena el fregadero de la cocina con agua jabonosa. Ayuda a tu familia lavando y secando tus propios platos.</p> <p>19.A.ECa</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>Simula ser una rana.</p> <p>¿Cuántas veces puedes saltar hacia adelante? Contarlos y luego probar otras formas de viajar. (camina como un pato, salta sobre los charcos)</p> <p>6.A.ECa 19.A.ECb La</p>	<p>rana comienza con F Haz una lista de las cosas que comienzan con la letra F dentro y alrededor de tu casa. ¿Cuántas cosas se te ocurren?</p> <p>4.A.ECe 4.B.ECb</p>		

Asegúrese de consultar las ofertas especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 30 de abril

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Cuando comenzamos a ver pájaros afuera nuevamente, ¡eso es un signo temprano de la primavera!</p> <p>Diga esta rima y haga el juego de dedos.</p> <p>5 pajaritos brillantes saltando por todos lados (levanta 5 dedos) pavoneándose y picoteando en el suelo cubierto de rocío. Un pajarito brillante vuela en el árbol. Y canta una pequeña canción ¡Pio, pio, pio...! (Continúe haciendo la cuenta regresiva hasta que todos los pájaros hayan volado.)</p> <p>4.C.ECb 6.A.ECa</p>	<p>Cuando comencemos a ver aves afuera nuevamente, ¡eso es un signo temprano de la primavera!</p> <p>Haga un nido de pájaros con mantas y otras cosas que tenga en su hogar. ¡A acurrucarse y leer un buen libro en su nido!</p> <p>2.A.ECa & b</p>	<p>Una dos tubos de papel higiénico con pegamento, cinta adhesiva o grapas para hacer binoculares. Úsalos para buscar pájaros. ¿Cuántos pájaros ves? ¿De qué color son los pájaros?</p> <p>12.A.ECa</p>	<p>Llena los huevos de plástico con objetos pequeños (arroz, centavos, cuentas). Agite los huevos y escuche los diferentes sonidos que hacen. Si no tiene huevos de plástico, use recipientes vacíos, tupperware o botellas, etc. ¡Úselos también para hacer música!</p> <p>11.A.ECa</p>
Actividad 2 e Instrucciones	<p>Haga huevos de papel y adórnelos con crayones o marcadores.</p> <p>Si haces puntos en tus huevos, cuenta los puntos. Si haces rayas en tus huevos, cuenta las rayas. Haga huevos de diferentes tamaños y ordénelos de mayor a menor.</p> <p>6.A.ECa 8.A.ECa</p>	<p>La palabra BIRD comienza con la letra "B". Haga una lista de las cosas que encuentre en su casa que comiencen con la letra "B".</p> <p>4.B.ECc</p>		

Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para actividades más específicas del grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 1 de mayo

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Extra reto (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Contar ovejas A veces, cuando es difícil conciliar el sueño, a la gente le gusta cerrar los ojos y contar ovejas. ¿No es eso absurdo? Finge que estás contando ovejas. ¿Hasta que número puedes contar?</p> <p>6.A.ECf</p>	<p>Tengo, tengo, tengo.</p> <p>Tú no tienes nada.</p> <p>Tengo tres ovejas en una cabaña.</p> <p>Una me da leche, otra me da lana, y otra mantequilla para la semana.</p> <p>¿Puedes encontrar las palabras que riman?</p> <p>4.C.ECb</p>	<p>Lana de oveja</p> <p>¿Sabes cómo se llama el pelo de oveja? Se llama lana. La lana se usa para hacer ropa, sombreros y mantas porque es cálida y fácil de limpiar. Vea si tiene algo en su hogar que esté hecho de lana. Hable sobre Green Sheep</p> <p>Baa Baa acerca de cómo se siente y cómo se usa el objeto.</p> <p>12.A.ECa</p>	<p>Desafío</p> <p>Haga una canción de cuna . Cambia lo que le da cada oveja en el poema Tengo,tengo, tengo</p> <p>Vea si puede encontrar algo en su hogar que le pueda dar la oveja.</p> <p>11.A.ECa 8.A.ECa</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>Búsqueda de objetos negros En el poema Baa Baa Black Sheep, todas las ovejas son negras. Mire alrededor de su casa y encuentre algo que sea negro. ¿Cuántas cosas negras puedes encontrar?</p> <p>8.A.ECa</p>	<p>Iniciando la actividad de sonido Las <u>ovejas</u> comienzan con el sonido / O /. ¿Puedes hacer el sonido / O /? ¿Cuántas palabras puedes pensar que comiencen con el sonido / O / como ovejas? (ojo, olor, oro)</p> <p>4.C.ECd</p>		

Asegúrese de consultar las ofertas especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 4 de mayo

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	adicional Desafío (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Ayude a su familia a prepararse para la cena. ¿Cuántos platos (cucharas, tenedores) necesitarás?</p> <p>6.A.ECa</p>	<p>Rima</p> <p>Tirintín tin El gato y el violín La vaca saltó por encima de la <u>luna</u>.</p> <p>El perrito rió Al ver esta broma Y el plato se escondió debajo de la <u>cuna</u>. Encuentra las palabras que riman.</p> <p>4.C.ECb</p>	<p>Haga una lista de seres vivos y no vivos fuera.</p> <p>Ejemplos de seres vivos: mariposas, personas, animales, plantas, etc.</p> <p>Ejemplos de seres no vivos: rocas, palos, aceras, etc.</p> <p>12.A.ECa</p>	<p>Sal y encuentra un gusano. Mide el gusano con clips. ¿Cuántos clips necesitas?</p> <p>7.A.ECb</p>
Actividad 2 e Instrucciones	<p>Haz una gráfica de tu lista de seres vivos y no vivos: usa palabras como más que, menos que, igual a.</p> <p>10.B.ECa</p>	<p>Colorea y recorta títeres para cada uno de los personajes (gato, vaca, luna, perro, plato y cuna). Adjunta los títeres a palitos de paletas o popotes. Represente la rima</p> <p>https://resource-bank.scholastic.co.uk/resources/77683</p> <p>25.A.ECb 25.A.ECd 19.A.ECa</p>		

Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje social / emocional para actividades más específicas de grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 5 de mayo

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	adicional Desafío (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>¡Construye tu propio reloj!</p> <p>Construye tu propia torre del reloj de abuelo. Usa bloques u otros objetos para ver cómo de grande puedes hacer tu reloj.</p> <p>¿Como es de alto?</p> <p>¿Cuántos bloques usaste?</p> <p>¿Podría un ratón correr por tu reloj sin derribarlo?</p> <p>6.A.ECf 7.A.ECc</p>	<p>Rima</p> <p>Hickory, Dickory Dock El ratón corrió por el reloj. El reloj dio la una. El ratón corrió hacia abajo, Hickory, dickory dock.</p> <p>Practica la rima una y otra vez. Dilo rápido Lento, medio. Sustituya su nombre por el ratón para ser tonto.</p> <p>4.C.ECb</p>	<p>¿Cuánto tiempo te lleva correr de un extremo de tu casa al otro? ¿Cuánto tiempo te toma preparar el almuerzo? ¿Cuánto tiempo te lleva cepillarte los dientes?</p> <p>Haga que su adulto mida cuánto tiempo necesita para realizar esta actividad.</p>	<p>¡Actuemos!</p> <p>Usa tu cuerpo para representar a un reloj.</p> <p>Usa tus brazos para hacer los movimientos del reloj. Aplauda para hacer que el reloj marque "uno, dos..."</p> <p>25.A.ECb</p>
Actividad 2 e instrucciones	<p>¡Dejale hacer un gráfico!</p> <p>Mirando alrededor de la casa, use los relojes para hacer una cuenta o un gráfico.</p> <p>¿Cuántos relojes encuentras?</p> <p>¿Cómo son (digital, analógico (hora, minuter, segundero), alarma, péndulo)?</p> <p>¿Quién usa relojes (hermano, hermana, mamá)?</p> <p>¿Cuántos hay en cada habitación?</p> <p>6.D.ECbj 10.B.ECa</p>	<p>¡Caza de Letras!</p> <p>Deslízate como un ratón silencioso para encontrar cosas que comiencen con la letra "R".</p> <p>Ej: Ropa, rojo,</p> <p>4.B.ECc</p>	<p>7.A.ECd 7.A.ECc</p>	


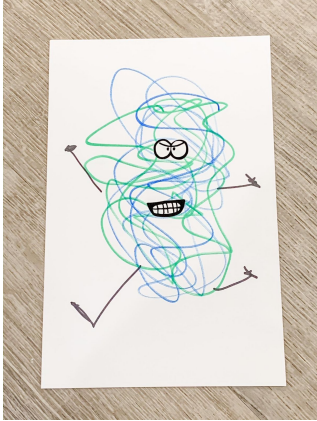


Asegúrese de consultar los especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - 6 de mayo

Padres: Elija dos actividades de cada página cada día.

	Matemáticas	Lectura y escritura	Ciencia / Estudios sociales	Desafío adicional (cualquier materia)
Actividad 1 e Instrucciones	<p>Clasificación:</p> <p>revise su caja de juguetes y clasifique sus juguetes en categorías o contenedores a los que pertenecen. Las piezas del juego van con sus otras piezas del juego. Los rompecabezas van juntos. Etc.</p> <p>7.A.ECa</p>	<p>Simular:</p> <p>¿Puedes hacer ruidos que suenen como tormentas eléctricas?</p> <p>¿Hablar sobre cómo puedes hacer sonidos que te recuerden esos momentos?</p> <p>Viento Lluvia Llovizna Trueno Lluvia fuerte</p> <p>1.B.ECa 12.D.ECa</p>	<p>caminando:</p> <p>Lo que necesita: 6 tazas pequeñas Agua Toallas de papel Colorante de alimentos - rojo, azul, amarillo</p> <p>Ponga aproximadamente una pulgada de agua en cada taza. En la primera taza pon un par de gotas de tinte rojo. En la tercera taza, ponga un par de gotas de amarillo y en la quinta taza coloque un par de gotas de tinte azul. Tome las toallas de papel y coloque un extremo en cada vaso (que se muestra a continuación). Mira la caminata del arcoíris</p> <p>1.A.ECa 11.A.ECc</p>	<p>Pasa el tiempo jugando hoy.</p> <p>¿Puedes encontrar objetos que sean rojos, naranjas, amarillos, verdes, morados, azules?</p> <p>¿Puedes ponerlos en orden de arcoíris?</p> <p>1.A.ECa 8.A.ECa</p>
Actividad 2 e Instrucciones	<p>Skittle Rainbows (M&M):</p> <p>Usando M&M haz un patrón alrededor del borde de un plato. Una vez que haya terminado de hacer su patrón, ponga un poco de agua hasta la mitad del M&M. Observe la forma del arcoíris desde el M&M..</p> <p>Si no dispone de M&M, use cualquier cosa que tenga en casa para hacer un patrón. (botones, juguetes, crayones, etc.)</p> <p>1.A.ECa 8.A.ECa 8.A.ECb</p> 	<p>Día del garabato</p> <p>Hacer un garabato. Garabatea pájaros, conejos, cualquier animal que hayas visto afuera.</p> <p>25.A.ECd 19.A.ECa</p> 	 	


Asegúrese de consultar las ofertas especiales (Arte, Música, Educación Física) y las páginas de Aprendizaje Social / Emocional para obtener más actividades específicas para cada grado.

Firma de los padres: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes de

Pre-K - (SEL)

Las siguientes columnas ofrecen opciones para actividades de estudiantes para cualquier día.

<p>Hable sobre la siguiente tabla de Zonas de Regulación con su hijo y discuta cómo cada zona los hace sentir (por dentro y por fuera):</p> 	<p>Hay muchos tipos diferentes de emociones. Algunos nos hacen felices, algunos nos hacen enojar o incluso emocionarnos. Hable sobre formas de manejar sus emociones.</p> <p>¿Cuáles son algunas estrategias de calma que puedes usar cuando necesitas controlar tus emociones?</p> <p>Pruebe estos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dibuje una imagen: esto le da al cerebro algo en lo que concentrarse además de los factores estresantes. -Beber un vaso de agua. El agua potable tiene un efecto calmante sobre el sistema nervioso. -Mezase en una mecedora- Su naturaleza repetitiva también ofrece alivio del estrés. 	<p>Practique las siguientes técnicas de respiración para ayudar cuando esté molesto.</p> <p>Respiración con globo: Finge que estás inflando un globo. Respira hondo, coloca el globo imaginario en tu boca y expulsa el aire. Haz esto lentamente cuatro veces.</p> <p>Respiración del volcán: Junta las manos frente a tu pecho. Manteniendo las manos juntas, levante las manos por encima de la cabeza mientras respira. Cuando llegues a lo más alto que puedas, deja salir el aire, separa los brazos y vuelve a colocarlos en la posición inicial. Haz esto lentamente cuatro veces.</p> <p>Respiración de sopa / brownie: Simula que tienes comida caliente en tus manos, respira el olor de esa comida y luego sopla para ayudar a enfriar tu comida. Haz esto lentamente cuatro veces.</p>
<p>Antes de que un volcán haga erupción, hay señales de advertencia que provienen del volcán. Antes de que una persona estalle de ira, a menudo tiene signos de advertencia.</p> <p>A menudo, cuando podemos identificar que nuestro cuerpo se enoja, podemos encontrar una manera saludable de calmar nuestro cuerpo antes de explotar, como ir a un espacio tranquilo.</p> <p>Crear un espacio tranquilo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Elija un rincón favorito en tu hogar. 2) Decora el espacio con cosas que te hagan sentir feliz y te den tranquilidad. <ul style="list-style-type: none"> -Almohadas -Dibujos -Peluches -Mantas -Juguetes, etc. <p>Usa el espacio para calmarte cuando te sientas enojado o necesitas calmarse.</p>	<p>Coloca un objeto pequeño (los crayones o marcadores funcionarán) de los siguientes colores en una bolsa de papel o un recipiente hondo: rojo, verde, azul, morado, amarillo, naranja. Siéntense en círculo y hagan que la primera persona alcance la bolsa / tazón y saque un objeto. El color del objeto se correlaciona con una declaración para analizar a continuación.</p> <p>Rojo -Di una cosa que te enoja</p> <p>Verde -Muestra una forma de respirar cuando estás enojado (respiración en globo, respiración en volcán, respiración en sopa, respiración en caja).</p> <p>Azul -Di una cosa que puedes hacer para ayudar a tu cuerpo a calmarse</p> <p>Morado -Di una cosa que te emocione</p> <p>Amarillo -Di una mala elección que hiciste</p> <p>Naranja -Di una buena elección que hiciste</p>	<p>Estás en control de tu enojo y si puedes convertir los pensamientos negativos en pensamientos positivos eso te ayudará a tener un mejor control sobre tu enojo.</p> <p>Practica el pensamiento positivo diciendo 10 afirmaciones positivas diarias :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ME ENCANTA 2) SEGURO 3) Tengo muchos AMIGOS que me aman 4) Soy AMIGABLE 5) Soy ÚTIL 6) Soy RESPONSABLE 7) Soy INTELIGENTE 8) Soy IMPRESIONANTE 9) Soy RESPETUOSO 10) Soy HERMOSO <p>Piensa en algo más declaraciones positivas que puedes agregar a la lista para practicar todos los días.</p>
<p>Todos tenemos nuestros puntos de vulnerabilidad, cosas que tocan nuestros puntos más débiles. Lo puntos vulnerables son cosas que pueden cambiar nuestro estado de ánimo de una manera buena o mala.</p> <p>¿Cuáles son algunos de tus desencadenantes?</p> <p>Piensa en algunas cosas que te ponen triste. O Piensa en algunas cosas que te hacen feliz.</p> <p>Haz un dibujo de lo que sientes.</p>	<p>¡Hora de hacer ejercicio!</p> <p>El ejercicio es una excelente manera de regular tus emociones. Haz lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cosecha de la cereza Alterna los brazos para alcanzar las "cerezas" de un árbol. Jala los codos hacia abajo por los lados y luego extiéndelos de nuevo. ¿Puedes hacerlo 20 segundos? -Toques del dedo del pie Toca el cielo con los dedos de los pies y luego inclínate para tocar el suelo 10 veces. -Estiramiento de gato Comienza a cuatro patas y vuelve a enroscate en un arco como un gato, manténgalo así durante 5 segundos y luego vuelve a aplanar. Haz esto 10 veces. -Corre en el lugar durante 60 segundos Ve tan rápido como puedas. Imagina que estás intentando cuando una carrera. 	<p>En este momento es difícil hablar con tu maestro o con amigos cuando tienes GRANDES emociones. Pruebe uno de los siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Haz un dibujo de tu maestro 2. Juego de roles/ juego de simulación que estás en la escuela hablando con tu maestro. 3. Habla con un adulto sobre cómo ser seguro, respetuoso y responsable cuando hable con los maestros. 4. Habla con uno de tus padre sobre cómo te sientes.

Firma del padre: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - (Electivas)

Las siguientes columnas ofrecen opciones para actividades estudiantiles para cualquier día.

Art	Music	PE / Health
<p>Haga huevos de papel y adórnelos con crayones o marcadores. Si haces puntos en tus huevos, cuenta los puntos. Si haces rayas en tus huevos, cuenta las rayas. Haga huevos de diferentes tamaños y ordénelos de mayor a menor. Péguelos en su ventana.</p> <p>25.A.ECd</p>	<p>Usa los huevos de plástico que hiciste arriba llenos de pequeños objetos (arroz, centavos, cuentas) para hacer música. ¡Pon música y agítala! ¡Agita los huevos y baila! Si no tiene huevos de plástico, use recipientes vacíos, tupperware o botellas, etc.</p> <p>25.A.ECa</p>	<p>Use los huevos de plástico que hizo arriba llenos de pequeños objetos (arroz, centavos, cuentas) para hacer música. Agite los huevos y baile, marche, suba las escaleras, etc. Agítelos alto, bajo, izquierda, derecha, etc. Si no tiene huevos de plástico, use recipientes vacíos, tupperware o botellas, etc.</p> <p>19.A.ECb</p>
<p>Use marcadores para colorear los filtros de café. Rocíe los filtros con agua para ver la mezcla de colores. Cuando los filtros de café se sequen, pégalos para hacer una bonita flor.</p> <p>25.A.ECd</p>	<p>Soy una pequeña semilla Canta al son de "I'm a Little Teapot"</p> <p>Soy una pequeña semilla en el suelo, me quedo dormida, no hago ningún sonido. Me estoy despertando ahora, ¡mírame brotar! ¡Me hago más grande a medida que salgo!</p> <p>Finge ser una pequeña semilla en el suelo y lentamente brota en una flor.</p> <p>25.A.ECa</p>	<p>Move-</p> <p>Di esta rima y salta como un conejo de conejito.</p> <p>“Conejito, conejito, saltando alto; Conejito, conejito, saltando bajo; Conejito, conejito saltando rápido; Conejito, conejito saltando despacio.</p> <p>¿Puedes saltar como la rima?</p> <p>19.A.ECb</p>
<p>Usando acuarelas:</p> <p>pinta una imagen de una mariposa.</p> <p>También puedes usar marcadores, crayones o lápices de colores para hacer tu dibujo.</p> <p>25.A.ECd</p>	<p>Dance</p> <p>Imagina que eres una mariposa moviéndose al ritmo de la música. Cuando la música se acelera, vuela / revolotea más rápido. Cuando la música se ralentiza, muévete lentamente. Cambiar direcciones, velocidades y movimientos a la música.</p> <p>25.A.ECa</p>	<p>La oruga comió manzanas, peras, ciruelas, naranjas, fresas y sandías en su viaje.</p> <p>Si tiene alguno de estos alimentos, hágase una ensalada de frutas de oruga. ¡Hable sobre los colores de cada uno y qué tan saludables lo hacen!</p> <p>22.A.ECa 23.B.ECa</p>

Firma del padre: _____

Actividades de aprendizaje remoto para estudiantes

Pre-K - (Electivas)

Las columnas a continuación ofrecen opciones para actividades estudiantiles para cualquier día.

Arte	Música	PE / Salud
<p>Pintura / color</p> <p>La esfera de un reloj es un círculo. Reúna diferentes tamaños de tazas y pinturas / marcadores / crayones. Sumerja el borde de su taza en pintura e imprima en papel. Si usa marcadores o crayones, ayude a trazar el borde de la taza en su papel. Tendrás muchos círculos pequeños para decorar.</p> <p>25.A.ECd</p>	<p>Juego de dedos de pato pequeño 5:</p> <p>Cinco patos pequeños salieron un día Sobre la colina y muy lejos El pato madre dijo: "Quack, quack, quack, quack"</p> <p>Pero solo cuatro patos pequeños regresaron</p> <p>Uno, dos, tres, cuatro</p> <p>Y así sucesivamente hasta cero ...</p> <p>Cinco patitos salieron a jugar Sobre la colina y muy lejos Mamá pato dijo: "Quack, quack, quack, quack" ; Y los cinco patitos regresaron!</p> <p>25.A.ECa</p>	<p>Jugar al escondite: el escondite es muy divertido. Simula ser un pequeño ratón y esconderse mientras un adulto cuenta hasta 10. ¡No se olvide de estar callado como un ratón!</p> <p>19.B.ECa 19.B.ECb Los</p>
<p>Los conejos tienen colas suaves y esponjosas que se parecen a una bola de algodón. Use una bola de algodón. sumergela en pintura o agua para hacer una imagen en papel o en la acera.</p> <p>25.A.ECd</p>	<p>Estrellita dónde estás me pregunto quién serás. Estrellita dónde estás me pregunto quién serás.</p> <p>En el cielo o en el mar un diamante de verdad. Estrellita dónde estás me pregunto quién serás.</p> <p>Ve afuera y mira las estrellas. Canta Estrellita</p> <p>25.A.ECa</p>	<p>Move!</p> <p>¡Juega afuera! Estira tus brazos hacia el cielo. Corre, salta y trepa.</p> <p>Organiza una fiesta de baile con tu familia. ¿Puedes hacer el hokey pokey?</p> <p>19.B.ECa</p>
<p>Practica el corte. Corte trozos de papel o revistas en pedazos. Hable sobre los colores y formas que está cortando.</p> <p>19A.ECd</p>	<p>Crea tus propias canciones sobre los colores.</p> <p>Por ejemplo: a la canción de Farmer In the Dell.</p> <p>R-O-J-O son las letras de Rojo R-O-J-O son las letras de Rojo Conozco mis colores R-O-J-O son las letras de Rojo</p> <p>25.A.EC</p>	<p>Respira</p> <p>Abre una ventana o sal a tu patio. Respira hondo la primavera. Usa todos tus sentidos para descubrir la primavera. ¿Qué ves? ¿Qué escuchas? ¿Qué hueles? ¿Cómo se siente el aire? Cierra los ojos y respira.</p> <p>30.C.ECa</p>

Firma del padre: _____