

ACTIVIDADES SEMANALES DE APRENDIZAJE: LECTURA Y ESCRITURA DE NIVEL K-1



Lunes

LECTURA

Lee un libro de tu elección o escucha a Lin-Manuel Miranda leer [¡El Gallo Que No Se Callaba!](#)
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Imagina que tu escuela está pensando hacer que todos lleven uniforme a la escuela. ¿Crees que es una buena o mala idea? Explícalo. Si normalmente llevas uniforme a la escuela, ¿qué cambios te gustaría hacer? Explícalo.

Martes

LECTURA

Lee un libro de tu elección o escucha a Emma Roberts leer [Interrupting Chicken and the Elephant of Surprise.](#) (libro en inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Si fueras presidente, cuál es una cosa que cambiarías sobre los Estados Unidos de América? ¿Por qué?

Miércoles

LECTURA

Lee un libro de tu elección o escucha a America Ferrera leer [Dragones y Tacos.](#)
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

¿Las escuelas deberían dejar tarea? ¿Por qué, o por qué no?

Jueves

LECTURA

Lee un libro de tu elección o escucha a Cindy McCain leer [My Dad, John McCain.](#) (libro en inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Describe una cosa en la que seas bueno.

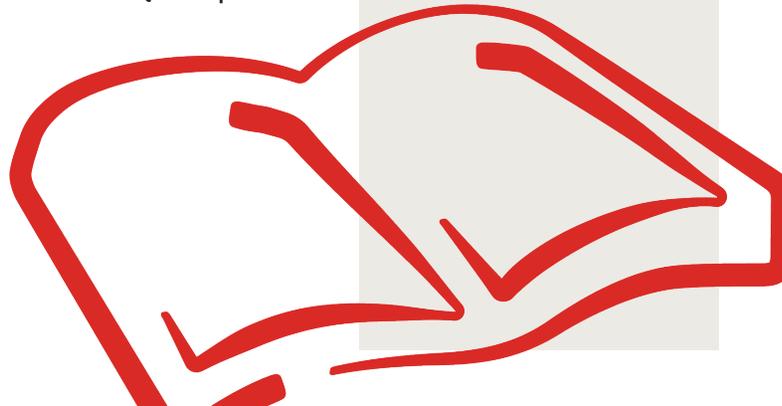
Viernes

LECTURA

Lee un libro de tu elección o escucha a Katie Couric leer [The Brand New Kid](#) (libro en inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Comienzo de la historia: *en una tierra lejana vivía...*



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANALES: MATEMÁTICAS Y MÁS DE NIVEL K-1



Lunes

MATEMÁTICAS

Juegos matemáticos.

Juega 2 o 3 Juegos matemáticos [seleccionando algunos](#) para el grado en que está tu hijo.

Dobles. Juega este juego.

Materiales: 4 dados, temporizador, papel y lápices. Instrucciones: Pon un temporizador de 5 minutos. Cada jugador toma dos dados y, cuando el temporizador empiece, los lanzan. Cuando obtengan una pareja doble, gritan “¡dobles!” y escriben el número (puede ser suma o multiplicación). Cuando el temporizador termine, suman todos y el jugador con el número más grande gana.

Martes

CIENCIA

Balsa flotante.

Instrucciones: Camina por tu patio o casa. Busca objetos como palos, cuerda, cinta o papel aluminio. Usa los artículos que encuentres en tu búsqueda del tesoro para crear una balsa. ¡Incluso puedes usar un trozo de papel para hacer la vela! Prueba tu diseño en una bañera o fregadero lleno de agua. ¿Flota? Si no lo hace, ¿qué puedes hacer para hacerlo flotar?

Miércoles

MATEMÁTICAS

Juegos

matemáticos. Juega 2 o 3 Juegos matemáticos [seleccionando algunos](#) para el grado en que está tu hijo.

Matemáticas a la hora de comer.

Mientras ponen la mesa para una comida, dile a tu hijo que cuente cuántos platos necesitarán. ¿Cuántos utensilios necesitarán? ¿Cuántos vasos? ¿Cuántos objetos tienes en total?

Jueves

ARTE

Pintura de sal en relieve.

Materiales: Cartón o papel acuarela, pega, colorante de alimentos, sal, agua, lápiz y un pincel o cuchara pequeños. Instrucciones: Con un lápiz, dibuja formas en el papel. Bordea las formas con pega. Ponle sal a la pega y luego suavemente deja que el exceso de sal se derrame para quitarlo. Deja que la pega y la sal se sequen. Mezcla vasos pequeños de agua con colorante de alimentos para hacer tus acuarelas. Sumerge un pincel o cuchara en las pinturas y traza las líneas de sal y pega. ¡Deja que la pintura se seque de noche y mírala en la mañana para ver cómo la sal absorbió toda el agua y el color!

Jueves

CIENCIA

Torre de malvaviscos.

Materiales: 100 mini-malvaviscos, palillos y una cinta métrica. Instrucciones: Usando los materiales, construye la torre más alta que puedas. Practica tus habilidades matemáticas contando los malvaviscos y midiendo la torre cuando la termines. ¿Qué tan alta es tu torre? ¿Puedes hacerla más alta?

ACTIVIDADES SEMANALES DE APRENDIZAJE: MOVIMIENTO Y FAMILIA DE NIVEL K-1



Lunes

Cómodo, acogedor, tranquilo. Encuentra un sitio cómodo y, acogedor para sentarte en silencio. Puedes sentarte con las piernas cruzadas, recostarte, recostarte sobre una almohada con animales de peluche... ¡lo que lo haga acogedor para ti! Mientras estás allí sentado o recostado, mantente en silencio y piensa en todas las personas, lugares y cosas que amas. Si puedes, escríbelas. Ahora piensa cómo puedes mostrarle tu amor a una de las personas en tu lista. ¡haz un plan para llevarlo a cabo!

Martes

Poses en los marcos. Ve a todos los marcos de las puertas en tu hogar y, cuando llegues allí, prueba una pose de equilibrio distinta. Como pasos de oso, trata de equilibrarte en solo una mano y dos pies. Luego, intenta equilibrarte en una rodilla y dos manos. ¿Cuánto tiempo puedes mantener cada uno?

Miércoles

¡Ve, ve! Sal hoy y jueguen “ve, veo.” Cada vez que alguno de ustedes diga “veo, veo,” tienen que brincar, correr o galopar hacia el objeto que quien busca vea. ¡Tómense turnos!

Jueves

Diversión de acciones animales. Una persona dice el nombre de un animal, y la otra tiene que moverse por la casa como lo haría ese animal. ¿Qué ruidos hace el animal? ¿Es un animal pequeño o grande? ¡Usen sus habilidades para actuarlo!

Viernes

Latidos. Pon música y trata de correr en tu sitio durante una canción. Siente tu corazón cuando la canción termine. Ahora recuéstate durante una canción. ¿Qué notas?

FAMILIA

¡Hagan helado en una bolsa!

Ingredientes: 1 bolsa de cremallera de 1 galón y 1 de un cuarto de galón, 1 taza de leche, 1 cucharada de azúcar, ½ cucharadita de vainilla, 1/3 de taza de sal más hielo.

Instrucciones: Pon la leche, el azúcar y la vainilla en la bolsa de 1 cuarto de galón más pequeña y cierra la cremallera. Llena la bolsa de 1 galón más grande a ¾ partes con hielo, luego añade la sal. Coloca la bolsa pequeña dentro de la grande y cierra la cremallera. ¡Asegúrate de cerrarlas bien! Ahora, sacude la bolsa con fuerza durante 5 minutos. Abre la bolsa grande y deséchala. Enjuaga la bolsa pequeña con agua fría antes de abrirla para evitar que el agua salada entre a tu helado. Sírvelo con una cucharada en tazones individuales, compártelos, ¡cómelo y disfruta de tu trabajo duro!

ACTIVIDADES SEMANALES DE APRENDIZAJE: NIVEL K-1



RINCÓN DE PADRES Y CUIDADORES

Últimamente, todos estamos pensando sobre el coronavirus. Preguntas como estas pueden haber pasado por tu mente: ¿debería ponerme una mascarilla? ¿Qué tan rápidamente se expanden los gérmenes? Sí, vivimos en un mundo en el que tenemos que ser conscientes sobre la salud, dónde necesitamos estar más atentos que nunca a nuestras acciones. Pero, ¿sabías que podemos ser “contagiosos” con nuestras emociones? Los humanos tendemos a percibir las emociones, expresiones faciales, el tono y los comportamientos de otros humanos cuando interactuamos con ellos. Por ejemplo, ¿alguna vez has notado cómo cuando te mantienes calmado, los demás tienden a calmarse poco a poco? O, ¿si estás ansioso, entonces los demás a tu alrededor empiezan a exhibir señales de ansiedad? Y entonces lo que parece ocurrir luego es que expresamos nuestras emociones a los demás, empezamos a “alimentarnos” los unos de los otros, lo que puede causar una oleada de emociones positivas relativas al coronavirus, o, infortunadamente, más negativas.

Ahora que sabes que las emociones son contagiosas, sé consciente. Puedes tomar el control de tus emociones y reconfigurarte. Sé auténtico y ten en mente que si expresas emociones y una actitud positivas, estás ayudando a contagiársela a los demás. Este es un concepto que puedes ejemplificar y enseñarles a tus hijos. Incluso si estás embarazada, tomar este enfoque puede aliviar el estrés que sientes, lo que los ayuda a ti y a tu bebé. Angela Duckworth, creadora del Character Lab, indica que un amigo de ella, el Profesor Sigal Barsades, sugiere practicar el contagio emocional: “Trata de notar cómo te sientes influenciado por los estados de ánimo de los demás y cómo sus reacciones influyen las tuyas. Entonces puedes reorientar conversaciones lejos de pensar en catástrofes, y hacia la calma, mostrándoles a las personas jóvenes en tu vida que la amabilidad y la esperanza son tan fáciles de contagiar como la negatividad.” ¡Muchas gracias a todos ustedes padres y cuidadores allí fuera contagiando las actitudes y emociones positivas!