

EL CORONAVIRUS Y LOS NIÑOS: RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

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



Lunes

LECTURA

Elige un libro para leer o escucha a Pierce Bronson leer [Pig on a Hill](#) (libro en inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

¿Cuál es tu libro preferido? ¿Por qué?

Martes

LECTURA

Elige un libro para leer o escucha a Liv Tyler leer [Oh The Place You'll Go!](#) (libro en inglés)
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

¿Cuál es tu mayor talento?

Miércoles

LECTURA

Elige un libro para leer o escucha a Yaya DaCosta leer [Tenemos el Mundo Entero en Las Manos.](#)
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Escribe tres oraciones para describir tu habitación

Jueves

LECTURA

Elige un libro para leer o escucha a Kate Winslet leer [Bread and Jam for Frances](#) (libro en inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

Si tuviera tres deseos, pediría...

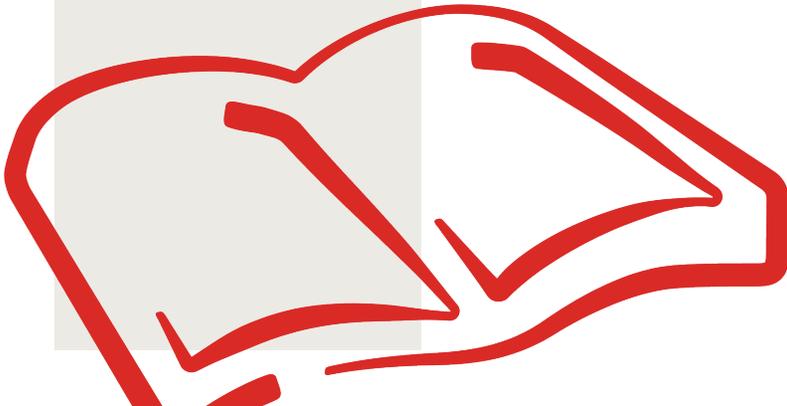
Viernes

LECTURA

Elige un libro para leer o escucha a Carly Rae Jepsen leer [Thelma the Unicorn](#) (libro de inglés).
#SAVEWITHSTORIES

ESCRITURA

A la hora de dormir, mi familia...



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



Lunes

MATEMÁTICAS

Juegos de matemáticas

Jueguen a 2 a 3 juegos de matemáticas [que correspondan](#) al grado en el que está su hijo.

¡Adivina mi clasificación! Junta objetos de tu hogar. Crea una regla de clasificación secreta y clasifica los objetos. ¿Alguien puede adivinar tu regla secreta?

Martes

CIENCIA

Marionetas de sombras.

Materiales: linterna.

Instrucciones: ve a una habitación oscura con la menor cantidad de luz posible. Enciende la linterna y apúntala a la pared. Levanta tu mano y crea "orejas de conejo" entre la luz y la pared. ¿Por qué crea una sombra? ¿Los otros objetos de la habitación crean sombras junto a tu mano? ¿Hay algún objeto que no cree una sombra? De ser así, ¿por qué no?

Miércoles

MATEMÁTICAS

Juegos de matemáticas

Jueguen a 2 a 3 juegos de matemáticas [que correspondan](#) al grado en el que está su hijo.

¡Datos rápidos! Juega a Datos rápidos con un compañero y una baraja de cartas. Retira todas las cartas de figuras. Reparte la mitad de las cartas a cada jugador y colócalas boca abajo en una pila. Ambos jugadores dan vuelta la primera carta al mismo tiempo. El primer jugador en decir la suma de las dos cartas gana la ronda.

Jueves

ARTE

Compañeros de respiración.

Instrucciones: toma 1 calcetín largo, llénalo con algodón u otro material y ata el extremo. Ata 5 secciones iguales del calcetín con un hilo o lana. Dibuja una cara en un extremo. Siéntate o acuéstate con tu compañero encima, por ejemplo, sobre tu estómago. Respira profunda y lentamente 5 veces. ¿Cómo se movió tu Compañero de respiración? Puedes usar a tu compañero cada vez que tienes que respirar profundamente y pensar en cosas positivas.

Jueves

CIENCIA

¡Gracias! Escribe palabras de agradecimiento y aliento a diferentes grupos de trabajadores de primera línea. Esto podría incluir médicos, enfermeras, oficiales de policía, transportistas postales, empleados de tiendas de comestibles y más. Podrías escribirles cartas, tarjetas, crear carteles o usar tiza para acera para darles las gracias y ayudar a alegrarles su día.

EL CORONAVIRUS Y LOS NIÑOS: RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

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



Lunes

¡Saltar es divertido!
Practica saltar en la acera o en la calle.

Martes

Haz rebotar una pelota. Practica hacer rebotar una pelota. ¿Qué tan alto llega?

Miércoles

¡Salta mucho!
Practica saltar. Levántate y cae con el mismo pie. ¿Cuántas veces seguidas puedes saltar?

Jueves

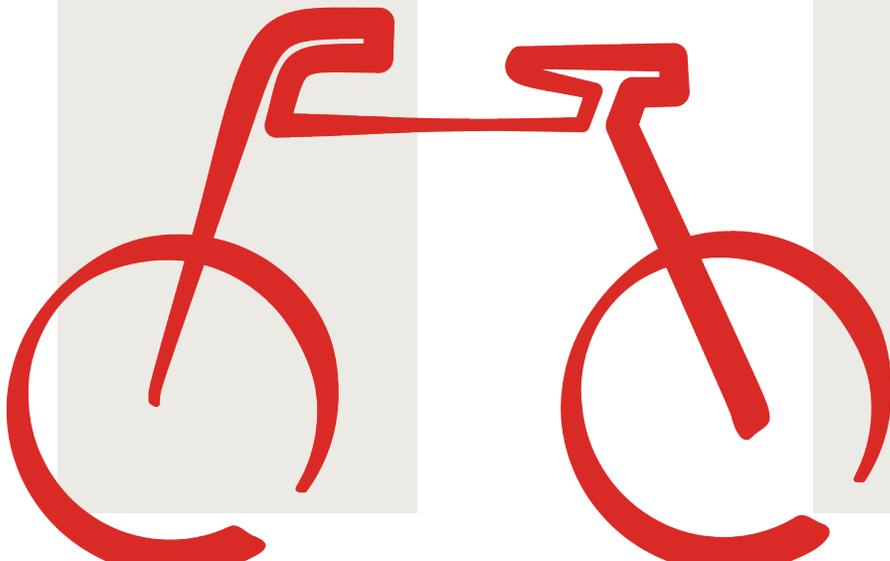
Barrer para fortalecerte. Barre la acera, la calzada o el piso para tu familia. Esfuérate y usa esos músculos.

Viernes

¡Más movimiento!
Usando bolas de calcetines, ponlas en tu barriga y camina como cangrejo alrededor de la casa.

¡Toma un pedazo de sogá larga o una sogá de saltar tradicional y practica tus habilidades!

[Haz clic aquí](#) para ver más ideas.



ACTIVIDADES SEMANALES DE APRENDIZAJE: NIVEL K-1



RINCÓN DE PADRES Y CUIDADORES: EL CUIDADO PERSONAL ES FUNDAMENTAL

El cuidado personal es fundamental. Vamos a experimentar continuamente altibajos en nuestras propias emociones y sentimientos, independientemente de la edad de nuestros hijos y si esas emociones o sentimientos fueron causados o no por ellos. Todos esos cambios son normales y podemos abordar algunas maneras de mejorar nuestro bienestar. Una forma fundamental de hacerlo es practicar el cuidado personal, ya que los ayuda a recuperar la sensación de control y la calma, y a reducir el estrés. El cuidado personal no es un lujo (aunque algunas formas de cuidado personal pueden serlo, ¡y eso está bien ocasionalmente!). Más bien, el cuidado personal incluye técnicas que hacen todos los días para cuidar el cuerpo, la mente y el espíritu. Ya sea durante 5 minutos o durante 5 horas, ¡deben hacer algo solo para ustedes! Elijan una forma de cuidado personal, como pasar tiempo a solas, caminar, darse un baño caliente, rezar, bailar, la lista es larga y ustedes son los que deciden, teniendo en cuenta lo que es saludable, productivo e inofensivo. Después de haber elegido una opción, fijen un objetivo para desarrollar todos los días esta semana.

Dado que el mes de mayo es el Mes Nacional de Concienciación de Salud Mental, destacamos [Mental Health America](#), una organización con recursos sobre [cómo mantenerse mentalmente saludable, herramientas de detección en línea](#), y también [cómo encontrar ayuda](#) para aquellos que necesitan atención de salud mental. Consulten cualquier recurso y ayuda que puedan necesitar: si no hay vergüenza, no hay estigma. ¡Recuerden, estamos todos juntos en esto!

FAMILIA

¡Momento divertido de relajación! ¡Elijan una actividad que permita a todos relajarse, jugar y reír! Podría ser jugar con sus mascotas, sentarse afuera bajo el sol, jugar o escuchar música, bailar, comer bocadillos divertidos juntos, dar un paseo marítimo, hacer un deporte juntos... ¡la lista continúa! ¡Disfruten de la compañía del otro y, de nuevo, no se olviden de reír.