

Planes de Aprendizaje de Educación Primaria a Distancia

Del K al 2do. Grado

Semana 8: Del 18 al 22 de mayo

SEL Tema: Emociones

Las **emociones** son tus respuestas al mundo que te rodea. Algunas emociones incluyen alegría, felicidad, sorpresa, tristeza, miedo e ira. Nombrar emociones te ayuda a comprenderlas y a responderlas. Ser capaz de comprender tus emociones es cómo practicas la autoconciencia. Parte de ser humano significa que podemos prestar atención a nuestras emociones a medida que ocurren, comprender nuestros sentimientos y nuestras respuestas.

Las actividades se pueden completar en el espacio provisto en este paquete, en su propio documento o en línea.

Muestra de un planificador semanal






Mes: mayo - Semana: 8.....

<p style="text-align: center;">Lunes</p> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;">Martes</p> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;">Miércoles</p> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p style="text-align: center;">Jueves</p> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;">Viernes</p> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p style="text-align: center;">Materiales necesarios</p> ELA Matemáticas Estudios Sociales Ciencias



Preguntas para mi maestro/maestra

SEL: Apertura optimista diariamente: Un calentamiento para tu cerebro
Elije uno cada día.

<p>1</p> 	<p>Al comenzar tu día, ¿qué emociones notas?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>2</p> 	<p>Comparte un momento feliz con alguien. ¿De qué se trataba el recuerdo?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>3</p> 	<p>Piensa en un momento en que sentiste miedo. ¿Quién o qué te ayudó a no sentir tanto miedo? Escribe o piensa en algo que te dé fuerza</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>4</p> 	<p>Si tuvieras que quedarte adentro o afuera todo el día y pudieras hacer lo que quisieras, ¿cómo pasarías tu tiempo? Comparte tus pensamientos con alguien.</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>5</p> 	<p>¿Cuándo te has sorprendido? ¿Qué es lo más emocionante que has hecho?</p> <hr/> <hr/>

Aprendizaje: Lectura

"Hay más tesoros en los libros que en todo el botín de piratas en Treasure Island ". Walt Disney

Leer 20 minutos cada día

Lea libros de ficción y / o no ficción de forma independiente o con un compañero/a durante al menos 20 minutos por día y complete el **Registro de lectura en el hogar** a continuación. Registre el número total de libros leídos y elija su mejor libro.



Grado K

RL.K.1, RL.K.10,
and/or RI.K.1,
RI.K.10; RF.K.1,
RF.K.3, RF..K.4

Grado 1

RL.1.1, RL.1.10,
and/or RI.1.1,
RI.1.10, RF.1.1,
RF.1.3, RI.1.4

Grado 2

RL.2.1, RL.2.10,
and/or RI.2.1,
RI.2.10, RF.2.3,
RF.2.4

Fecha	Total de libros	Título del mejor libro de hoy	Ficción	No ficción
5/18				
5/19				
5/20				
5/21				
5/22				

Opciones para libros

- Las lecturas en voz alta se pueden encontrar en www.storylineonline.net. (* ver nota sobre herramientas / recursos en línea en la página 19 de este documento)
- Libros que tienes alrededor de la casa.
- Libby (aplicación de biblioteca en línea Washoe Co.)
- Materiales de referencia que se han llevado a casa.
- Inicie sesión en *Clever* para leer sus libros de Benchmark en línea, utilizando la Insignia Clever (si su maestro le dio uno), o este enlace, <https://bit.ly/3acVAPc>
- Leer periódicos y / o revistas.

Opciones para estudiantes que quieren más

Los estudiantes crean un * one-pager * que dice lo que el estudiante leyó de manera visual: pueden ser dibujos, cuadros, mapas mentales, etc. Deje que la imaginación del estudiante se encargue de este producto.

Opciones de ayuda adicional cuando necesite

Los estudiantes leen libros en su nivel de lectura, alguien más les lee, escuchan un libro leído en la computadora o leen un libro en su idioma nativo.

Aprendizaje: Escribir

Esta semana continuarás escribiendo tu ensayo narrativo donde finges ser un juguete perdido.

Usarás tu *Story Map* para ayudarte a escribir tu ensayo, ya sea solo o con ayuda. **Tendrás esta semana y, si la necesitas, la próxima semana** para terminar de planificar y escribir tu ensayo.



Standards

Grado K

W.K.3, W.K.5,
W.K.8

Grado 1

W.1.3, W.1.5,
W.1.8

Grado 2

W.2.3, W.2.5,
W.2.8

Instrucciones

- ✓ **Paso 1:** Usa la información de tu mapa de la historia y escribe un borrador de tu ensayo en una hoja de papel, o escríbelo en una computadora. Revisa el ejemplo del "Punto de vista en primera persona" de la semana pasada.
- ✓ **Paso 2:** Lee tu ensayo y usa la "Lista de verificación de escritura narrativa K-2" (a continuación) para revisar y editar tu trabajo.
- ✓ **Paso 3:** escribe un borrador final de tu ensayo en una hoja de papel o haz cambios en la versión de tu computadora para que sea una copia final. Dibuja una imagen, o corta y pega una imagen de la computadora. Los niños de kindergarten pueden usar el "Papel rayado con espacio para la imagen" a continuación.
- ✓ **Paso 4:** comparte tu trabajo con alguien en tu hogar o léelo a un amigo o familiar por teléfono.
- ✓ **Nota:** Si no terminas tu ensayo esta semana, tendrás tiempo para terminarlo la próxima semana.

[Lista de verificación de escritura narrativa K-2](#)

[Papel rayado con espacio para imagen - Kinder](#)

Opciones de ayuda adicional cuando necesite

- ✓ Los estudiantes usan una combinación de escritura y dibujo (palabras, frases u oraciones completas) para completar este ensayo.
- ✓ Los estudiantes le cuentan sus ideas a alguien y pueden escribirlas y copiarlas.
- ✓ Oración/Bases del lenguaje:

Los personajes de mi historia son _____.

El escenario de mi historia es _____.

Al principio _____.

Próximamente _____ . Luego _____.


Al final _____.

Aprendizaje: Habilidades fundamentales

<p>Standards</p> <p>Grado K RF.K.1, RF.K.3, RF.K.4,</p> <p>Grado 1 RF.1.1, RF.1.3, RF.1.4</p> <p>Grado 2 RF.2.3, RF.2.4</p>	<p>Días 1 al 3: Lea la historia decodificable para su nivel de grado a continuación. Una historia decodificable se centra en una o más habilidades fonéticas. Siga las instrucciones a lo largo del lado derecho de la historia.</p> <p>Días 4 y 5: Continúa releyendo la historia decodificable todos los días. Complete las hojas de trabajo de práctica de fonética (a continuación) para su nivel de grado.</p> <table border="0" data-bbox="420 292 1995 422"><tr><td data-bbox="420 292 945 422"><p style="text-align: center;">Kindergarten Get the Gum (story) Kinder Phonics Practice Week 8</p></td><td data-bbox="945 292 1470 422"><p style="text-align: center;">Primer Grado Zeke and the Mule (story) 1st Grade Phonics Practice Week 8</p></td><td data-bbox="1470 292 1995 422"><p style="text-align: center;">Segundo Grado The Fir Tree (story) 2nd Grade Phonics Practice Week 8</p></td></tr></table> <p>Opciones de ayuda adicional cuando necesite</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Lea libros al estudiante durante varios días si es necesario antes de mudarlo a ser independiente.✓ Los padres toman una foto del libro en Microsoft Translator y luego la reproducen en inglés para que los estudiantes puedan escuchar el libro que se lee en inglés varias veces antes de leerlo solo.	<p style="text-align: center;">Kindergarten Get the Gum (story) Kinder Phonics Practice Week 8</p>	<p style="text-align: center;">Primer Grado Zeke and the Mule (story) 1st Grade Phonics Practice Week 8</p>	<p style="text-align: center;">Segundo Grado The Fir Tree (story) 2nd Grade Phonics Practice Week 8</p>
<p style="text-align: center;">Kindergarten Get the Gum (story) Kinder Phonics Practice Week 8</p>	<p style="text-align: center;">Primer Grado Zeke and the Mule (story) 1st Grade Phonics Practice Week 8</p>	<p style="text-align: center;">Segundo Grado The Fir Tree (story) 2nd Grade Phonics Practice Week 8</p>		

Matemáticas: Objetivos de la semana

Cada día, elije uno o más de los siguientes: un juego, una actividad, un problema de palabras o una práctica independiente para hacer desde su nivel de grado. Hacia el final de la semana:

- Complete 4 en una fila en el tablero **Math Tac Toe** (vertical, horizontal o diagonal)
-  Completa [Show What You Know!](#) hoja de grabación para compartir tu comprensión con tu maestro.

Desafío: Completa todas las actividades en el tablero Math Tac Toe para obtener un completo total.

Math Tac Toe Board

¡Adivíname esto!	Problemas de la semana	Cuántos/ Práctica Independiente	Juego
Cuántos/ Práctica Independiente	Juego	¡Adivíname esto!	Problemas de la semana
Juego	Cuántos/ Práctica Independiente	Problemas de la semana	¡Adivíname esto!
Problemas de la semana	¡Adivíname esto!	Juego	Cuántos/ Práctica Independiente



Alcance
CC, OA, NBT,
G, MD

Prácticas de Matemáticas
1, 2, 3, 6, 8

Matemáticas: Juegos de la semana

★ **101 and You're Out** (1er. & 2do. Grado) – Las direcciones están incluidas en la semana

★ Guerra de adición

Materiales: Cartas de Barajas **Jugadores:** de 2 a 4

- **K:** Use ases como 1s y tarjetas de números 2 al 5; retire las tarjetas numéricas 6 al 10 y las tarjetas faciales.
- **1er Grado:** Use ases como 1s y tarjetas de números 2 al 10; eliminar las tarjetas faciales.
- **2do grado:** dos opciones, seguir las reglas de 1er grado o desafiarse a sí mismo para modificar el juego con sumas de dos dígitos.

Cómo jugar:

1. Cada jugador da vuelta 2 cartas y dice la suma de los números. Los estudiantes pueden agregar objetos como frijoles, pedazos de cereal, etc. para agregar los dos números si es necesario. El jugador con la suma más alta gana la ronda y toma todas las cartas.
2. En caso de empate, cada jugador empatado entrega 2 cartas más y dice la suma. El jugador con la suma más alta toma todas las cartas de ambas jugadas.
3. El juego termina cuando no quedan suficientes cartas para que cada jugador tenga otro turno.
4. El jugador con más cartas gana.

****Nueva variante del primer y segundo juego:** voltea y juega con 3 cartas (sumas) en cada turno para encontrar la suma.

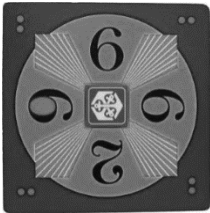
★ Número misterioso

Materiales: ([adjunto de cuadrículas de números K-1](#)) **Jugadores:** 2 o más

- **K:** Rejilla numérica 1-20, lápiz
- **1er grado:** número de cuadrícula 1-120, lápiz
- **2do grado:** papel y lápiz para escribir la información que aprendes sobre tus pistas

Cómo jugar: Túrnense para pedir pistas para encontrar el número misterioso. Intenta encontrar el número misterioso con la menor cantidad de pistas.

- **Jugador uno:** piensa en un número. No le digas el número que elegiste a tu pareja.
 - Para K, elije un número entre 1-20.
 - Para el 1er grado, elije un número entre 1-120.
 - Para 2do grado, elije un número entre 1-1000.
- **Jugador dos:** haga una **pregunta** para tratar de descubrir el número misterioso. A medida que aprenda sobre el número misterioso, tache los números que sabe que no son el número misterioso. Algunas posibles preguntas:
 - ¿Cuántos dígitos hay en este número?



- ¿Su número es más que ____?
- ¿Su número es menor que ____?
- ¿Es el número entre ____ y ____?
- ¿Cuántas decenas hay en este número?
- ¿Qué número es 10 menos / más que el número misterioso?
- ¿Su número es par o impar?
- Si cuento de 2 en 2 a 20, ¿contaré el número misterioso?
- Si cuento de 5 en 5 a 20, ¿contaré el número misterioso?

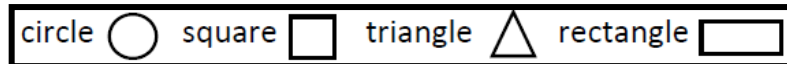
Matemáticas: Actividad ¡Adivina esto!

Direcciones: Resuelve los siguientes acertijos usando las pistas dadas. No tengas miedo de usar herramientas o dibujar tu propia línea numérica para ayudarte a resolverlo.

Desafíos: Crea tu propio acertijo y compártelo con tu maestro o en nuestro grupo de Facebook de matemáticas elementales del Distrito Escolar del Condado de Washoe.

Kindergarten

¡Usa la siguiente imagen de formas para ayudarte!



- Soy una figura bidimensional. Tengo 4 esquinas. Tengo 4 lados iguales. ¿Qué forma tengo? ¿Me puedes dibujar?
- No soy una figura tridimensional. Tengo 3 lados rectos. Tengo 3 esquinas. ¿Qué forma tengo? ¿Me puedes dibujar?

Opciones para estudiantes que quieren más

Practica dibujar todas las formas. Haz tu propio acertijo utilizando las características (atributos) de las formas como pistas para que alguien de su familia las resuelva.

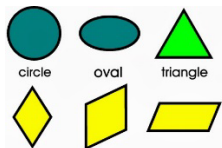
1^{er}. Grado

¡Usa la siguiente imagen de formas para ayudarte!



- Soy un polígono cerrado con menos de 6 lados. Tengo más de 3 lados. Solo tengo 2 lados inclinados. ¿Qué forma tengo? ¿Me puedes dibujar?
- Soy un polígono cerrado con más de 3 lados. Tengo más de 4 lados también. Mi forma tiene 6 esquinas. ¿Qué forma tengo? ¿Me puedes dibujar?

Opciones para estudiantes que quieren más



Actividad
¡Adivina esto!

Practica dibujar todas las formas. Haz tu propio acertijo utilizando las características (atributos) de las formas como pistas para que alguien de tu familia las resuelva.

2^{do}. Grado

- Un número es menor que 200 y mayor que 100. El dígito de las unidades es 5 menos que 10. El dígito de las decenas es 2 más que el dígito de las unidades. ¿Cuál es el número?
Jeff está pensando en un número. El número tiene 2 cientos. Tiene más unos que decenas. Tiene 7 decenas. ¿Cuál podría ser el número?
- Soy un polígono con 4 lados iguales y 4 vértices iguales. ¿Qué soy yo?

Matemáticas: Problemas de la semana

Organizador de resolución de problemas

- Use el organizador de resolución de problemas con los Problemas de la semana.
- Haz una cruz en una hoja de papel o cuaderno en blanco para hacer los cuatro cuadrados del mismo tamaño.
- Responde las preguntas en cada cuadro y muestra tu trabajo mientras resuelves el problema.
- ¡Diviértete y sé creativo!

Antes de resolver ...

¿Qué sabes?
 ¿Qué necesitas descubrir?
 ¿Puedes hacer un dibujo, modelar o hacer una oración numérica para ayudar a darle sentido a este problema?

Resolver...

Mostrar una forma de resolver este problema.

Resolver...

Mostrar una forma diferente de resolver este problema.

Luego de resolver...

Explica tu solución usando modelos y palabras. ¿Cómo sabes que la respuesta es razonable?

Kindergarten: Tomado o adaptado de *Bridges in Mathematics*, 2nd Ed.

Usa objetos, imágenes o números para ayudar a resolver los problemas.

- El perro de Marco tuvo cachorros la semana pasada. Cuatro de ellos son blancos y 5 son marrones. ¿Cuántos cachorros nuevos hay?
- La abuela de Mai tiene 4 gatos. Uno de los gatos es negro. El resto son naranjas. ¿Cuántos de los gatos son de color naranja?
- Use la ecuación $7 - 3 = 4$ para inventar su propio problema verbal de perro o gato. Asegúrese de que su problema verbal coincida con la ecuación.

1er. Grado: Tomado o adaptado de *Bridges in Mathematics*, 2nd Ed.

Usa objetos, imágenes o números para ayudar a resolver los problemas.

- Breanna ahorró 16 dimes. Ella gastó 7 de ellos en calcomanías. ¿Cuántas monedas le quedan? ¿Cuánto dinero es eso?
- Amira leyó durante 11 minutos después de la escuela, 5 minutos después de la cena y otros 4 minutos antes de quedarse dormida. ¿Cuántos minutos leyó hoy?
- Usa la ecuación $20 - 8 = 12$ para inventar tu propio problema de palabras. Asegúrate de que tu problema verbal coincida con la ecuación.

2do. Grado: tomado de *enVisionmath2.0*

- Olivia tiene un billete de \$ 20, tres billetes de \$ 5 y nueve billetes de \$ 1. ¿Cuánto más dinero necesita Olivia para comprar un abrigo que cuesta \$ 49? Explique.
- James llega a casa a las 6:00. Comienza su tarea a las seis y cuarto. ¿A qué hora comienza James su tarea? Si James se acuesta a las ocho y media. ¿A qué hora se acuesta James?



**Problemas
De la semana**

Matemáticas: Actividad – ¿Cuántos?

Actividad Cuántos Kindergarten & 1er. Grado	Kindergarten K-1 attachment <ul style="list-style-type: none">• Mira una imagen y encuentra todas las formas que puedas para responder la pregunta ¿Cuántas/Cuántos?• Siempre hay muchas cosas que contar y muchas formas de pensar sobre cada imagen.
	Opciones para estudiantes que quieren más Lleva al siguiente nivel escribiendo ecuaciones para describir tu pensamiento o encontrando una forma en que tu familia no haya pensado. 1^{er.} Grado K-1 attachment <ul style="list-style-type: none">• Mira una imagen y encuentra todas las formas que puedas para responder la pregunta ¿Cuántos/Cuántas?• Siempre hay muchas cosas que contar y muchas formas de pensar sobre cada imagen.

Opciones para estudiantes que quieren más



Lleva al siguiente nivel escribiendo ecuaciones para describir tu pensamiento o encontrando una forma en que tu familia no haya pensado.

Matemáticas: Práctica Independiente

Práctica Independiente de Problemas enVisionmath2.0 2 ^{do.} Grado	<p>1. Completa los relojes para que ambos relojes muestren la misma hora.</p> <div data-bbox="730 873 1661 1312" data-label="Image"></div>
	<p>2. La hora es las 9:35. ¿Qué hora será en 5 minutos? ¿En 15 minutos? ¿En 25 minutos?</p> <p>_____</p>

3. Completar.

What time is it?
Find the hour hand. It is the shorter hand.
The hour hand is between ____ and ____.
Count on by fives from 11:00, for how many minutes have passed.
5, 10, _____, _____, _____, _____
The time is _____. Write the time on the clock.




4. Responda las preguntas sobre el uso de los siguientes relojes


Problema 1

¿A qué hora será en 30 minutos?
Escribe esta vez de dos maneras diferentes.

Problema 2

¿Qué hora será en 50 minutos?
Escribe esta vez de diferentes maneras.

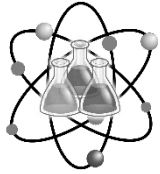




Opciones de ayuda adicional cuando necesite semanalmente

- ✓ Los estudiantes tienen a alguien que les lea instrucciones y cuentos con problemas.
- ✓ Use la aplicación Microsoft Translator para tomar una foto de cualquier texto y traducirlo a su idioma nativo.
- ✓ Las explicaciones se pueden contar a alguien y se pueden escribir para el estudiante y luego el estudiante puede copiar. Las explicaciones pueden ser habladas y / o escritas en su idioma nativo

Ciencias – Actividad semanal



Ciencias

Idea central

ESS2.A

ESS3.A

¿Cómo los seres vivos eligen un hogar? Adaptado de NSTA Daily Do 4/2/20

Piensa en el mundo que creaste la semana pasada para los estudios sociales y los accidentes geográficos que incluiste. Concéntrate en tu ciudad capital. Además de la gente, ¿qué otras plantas y animales viven allí?

Dibuja o enumera estos en función del paisaje que eligiste.

A large empty rectangular box for drawing or writing.

Luego piensa en el área fuera de tu ciudad. ¿Qué tiene de diferente la tierra aquí? ¿Qué plantas y animales elegirían vivir aquí? Dibuja o enumera estos.

A large, empty rectangular box with a black border, intended for a student to draw or list plants and animals that would live in an area outside their city.

Finalmente, mirar hacia atrás a todas las plantas y animales que incluyó. Explique sus elecciones a otra persona y luego agregue o revise su mundo según las preguntas a continuación. Grabar sus respuestas.

1. ¿Qué necesitan las plantas y los animales para sobrevivir? ¿Cómo proporciona tu mundo esto?

2. ¿Cómo podrían las plantas y los animales cambiar tu mundo para satisfacer sus necesidades?

3. Piensa en todas las cosas que usamos en nuestras vidas. ¿Cómo provee tu mundo para estas cosas?

Opciones para estudiantes que quieren más

- ✓ Con tu familia, lee este libro interactivo -eBook [Home is Where My Habitat Is](#). (* ver nota sobre herramientas / recursos en línea en la página 19 de este documento)
- ✓ Ir a un mini-safari en un hábitat local con un adulto o un hermano mayor. Ver este [video](#) para direcciones.

Opciones de ayuda adicional cuando necesite

- ✓ Conversar en el idioma nativo.
- ✓ Los estudiantes le dicen sus pensamientos a otra persona y esa persona puede escribir para ellos y el estudiante puede copiar.
- ✓ Lengua / Bases de oraciones

Las plantas y los animales necesitan _____ para sobrevivir.

Las plantas también necesitan _____ para sobrevivir.

Mi mundo proporciona estos porque _____.

Las plantas pueden cambiar la tierra para satisfacer sus necesidades antes del

Los animales pueden cambiar la tierra para satisfacer sus necesidades antes del

_____.

Mi mundo proporciona lo que necesitamos al _____.

Estudios Sociales - Actividades Semanales



Estudios Sociales

Standards

SS.K.9, SS.K.12

SS.1.13, SS.1.9

SS.2.14, SS.2.10

Time Capsule: las cápsulas de tiempo son colecciones de elementos que representan cosas importantes para una persona o sobre un período de tiempo. A menudo, se oculta una cápsula del tiempo llena de elementos para que una generación futura pueda encontrarla y descubrir cómo era el pasado.

- ✓ **Paso 1:** imagina que se te ha pedido que crees una cápsula del tiempo. ¿Qué incluirás? Haz una lista de cosas que reflejen cómo es la vida para nosotros. ¿Qué cosas mostrarían a las personas en el futuro cómo era nuestra sociedad? (por ejemplo, iPhone, una taza de café de Starbucks, etc.)
- ✓ **Paso 2:** Elige las 5 cosas más importantes de tu lista y haz un dibujo de cada una o encuentra objetos alrededor de tu casa que representen esas cosas.

- ✓ **Paso 3:** Crear el contenedor de la cápsula del tiempo que contendrá todas tus cosas. Usa una caja, bolsa o cualquier otro tipo de contenedor. Decora de una manera que refleje cómo son nuestras vidas.
- ✓ * Si tienes un hermano mayor en los grados 3 al 5 en tu hogar, pueden trabajar juntos. Solo recuerden que tendrán uno o dos pasos adicionales.

Opciones de ayuda adicional cuando necesite






- ✓ Completa el Paso 1 usando imágenes o bocetos y luego para el Paso 2, haz un círculo a los 5 mejores.
- ✓ Conversa en el idioma nativo.

SEL: Descanso para el cerebro

Un descanso para tu cerebro (¡Utiliza los descansos para el cerebro cada vez que cambies de tema o necesites un descanso!)	<ul style="list-style-type: none">• Al comenzar tu día, ¿qué emociones notas?• Comparte un momento feliz con alguien. ¿De qué se trataba el recuerdo?• Piensa en un momento en que tuviste miedo. ¿Quién o qué te ayudó a no tener tanto miedo? Escribe o piensa en algo que te dé fuerza.• Si tuvieras que quedarte adentro o afuera todo el día y pudieras hacer lo que quisieras, ¿cómo pasarías tu tiempo? Comparte tus pensamientos con alguien.• ¿Cuándo te has sorprendido? ¿Qué es lo más emocionante que has hecho alguna vez?
Música – Actividad semanal	
Música	Entra a las instrucciones para las actividades de música aquí here .

SEL: Reflexión de clausura





Elige uno cada día.

<p>1</p> 	<p>¿Qué emociones sentiste hoy? ¿Cómo respondiste a tus emociones?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>2</p> 	<p>Cuándo te sientes feliz, ¿qué haces? Cuando te sientes triste o enojado, ¿qué haces para sentirte mejor?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>3</p> 	<p>¿Cómo puedes sorprender a alguien mañana? ¿Qué acto de bondad completarás para ti o para otra persona?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>4</p> 	<p>¿Piensa en tus personajes favoritos de un libro o dibujo animado? ¿Qué tipo de respuestas muestran a sus emociones cuando están felices, sorprendidos o enojados?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>5</p> 	<p>Piensa en tu semana. ¿Cómo respondiste a tus emociones? ¿Tu respuesta te hizo sentir bien? ¿Cambiarías algo para la próxima semana?</p> <hr/> <hr/> <hr/>

Recursos Adicionales

- Mind Yeti: Creado por el *Committee for Children* y creado por *mindful moments and practices* (FREE)
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLiaUKiwbiHMQDQLCXoPaMMYotldKIUQCw> (* ver nota sobre herramientas / recursos en línea en la página 19 de este documento)
- Go Noodle: <https://www.youtube.com/channel/UC2YBT7HYqCbbvzu3kKZ3wnw> (* ver nota sobre herramientas / recursos en línea en la página 19 de este documento)

Breathing Techniques – Técnicas para respirar

 <h3>Drain</h3> <p>Extend arms out, pretending your arms are faucets. Tighten arm, shoulder, and face muscles. Exhale slowly making a "ssssh" sound and release all your muscles, draining out the stress.</p>	 <h3>S.T.A.R.</h3> <p>Smile, Take a deep breath And Relax. Encourage belly breathing where the tummy goes out when the air goes in, and in when the air goes out. Also help children learn to exhale slower than they inhale.</p>
 <h3>Pretzel</h3> <p>Standing up, cross your ankles. Now cross your right wrist over left, turn your hands so your thumbs are facing the floor, put palms together and interlace fingers. Bend your elbows out and gently turn your hands down and toward your body until they rest on the center of your chest. Put your tongue on the roof of your mouth. Relax and breathe.</p>	 <h3>Balloon</h3> <p>Place your hands on top of your head and interlace your fingers. Breathe in through your nose as you raise your arms, inflating an imaginary balloon. Release the air in the balloon by pursing your lips, exhaling slowly, lowering your arms and making a "pbbpbbp" sound.</p>

* Este es un sitio web en el que no debería tener que crear una cuenta para acceder al contenido necesario. Los estudiantes no deben ingresar información de identificación personal (PII) al usar esta herramienta.