

Consejos y horarios para aprender mientras se estudia a distancia
Tips & Schedules for Learning While Remote Schooling

- Date un periodo de meditación/descanso. Recuerda que los niños más pequeños tienen problemas para concentrarse durante más de 10-15 minutos y que son importantes los descansos y movimientos.
- Usa la información de enriquecimiento que el distrito ha enviado a casa. Hay lecciones de matemáticas, lectura y escritura disponibles para su uso.
- Habla con tus hijos sobre sus intereses y alientelos a escribir o escribir en un diario durante este tiempo único. Esta es una buena salida emocional además de ser una buena actividad de escritura.
- Haz uso de los libros de la biblioteca que tu hijo llevo a casa antes de las vacaciones de primavera. Lean juntos y alienten a sus hijos a leer de forma independiente y luego le cuenten sobre lo que han leído.
- Limita el tiempo frente a la pantalla y fomenta la actividad física.
- Enséñale a los niños habilidades de "vida real" durante este descanso prolongado. Esta es una oportunidad perfecta para enseñarles sobre cocinar, lavar la ropa y otras responsabilidades del hogar.
- Aprendan juntos. Hay cosas que has aprendido en la escuela y que has olvidado. Vuelve a aprender sobre las cosas que le interesan a usted y a su hijo, y no te sienta presionado para saber cómo enseñarle todo a su hijo.
- Crea un horario realista para el aprendizaje. Hay muchos ejemplos Aquí hay uno de Twitter que puedes usar y modificar.

HORARIO DIARIO PARA COVID 19		
Antes de las 9:00a.m.	Despertarse	Come el desayuno, haz tu cama, vístete, pon tus pijamas en la lavadora
9:00 a 10:00	Caminata matutina	Caminata con tu mascota, Yoga si está lloviendo
10:00 a 11:00	Tiempo escolar	No juegos electrónicos o teléfonos Libros, tarjetas de aprendizaje, guía de estudio
11:00 a 12:00	Tiempo creativo	Legos, dibujar, escuchar música, cocinar o hornear
12:00	Almuerzo	
12:30 p.m.	Quehaceres	A: Limpiar la mesa y las sillas del comedor B: limpiar los picaportes de la puerta o escritorio C: Limpiar el baño: lavamanos e inodoro
1:00 a 2:30	Tiempo en silencio	Leer o hacer rompecabezas
2:30 a 4:00	Tiempo escolar	APARATOS ELECTRONICOS Ok Juegos en el Ipad, Prodigy/ Educational show
4:00 a 5:00	Aire libre	Bicicletas, caminar el perro, jugar afuera
5:00 a 6:00	Cena	
6:00 a 8:00	Ver la televisión	Hora de bañarse (niños)
8:00 p.m.	Hora de dormir	Todos los niños
9:00 p.m.	Hora de dormir	Todos los niños que siguen el horario y no discuten

Recursos gratuitos en línea para el aprendizaje remoto
Free Online Resources for Remote Learning

Yoga para niños/Cosmic Kids Yoga <https://www.cosmickids.com/>

Actividades de movimiento/Movement Activities <https://www.gonoodle.com/>

iReady Printables (imprimibles)

Extended Closure Info for Families: <https://www.curriculumassociates.com/supporting-students-away-from-school/online-instruction-family-guidance>

Imprimibles de grado en grado/Printables by Grade:

https://www.curriculumassociates.com/supporting-students-away-from-school?utm_source=VanityURL_CAI-562381a&utm_medium=WordofMouth_Multi-use&utm_content=iready_ATHOME&utm_campaign=vanity

Información de colocación avanzada /Advanced Placement Information

<https://apcentral.collegeboard.org/about-ap/news-changes/coronavirus-update?excmpid=SM51-PR-1-tw>

Aprndizaje en el hogar/Scholastic Learning at Home

<https://classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html>

Recursos para la ansiedad/Anxiety Resources

<https://www.virusanxiety.com/>

Recursos gratuitos /Free Resources--No Subscription/Subscription Waived

<http://www.amazingeducationalresources.com/>

Actividades Cientificas para cada grado/Science Activities by Grade Level

<http://www.sciencekids.co.nz/lessonplans/water.html>

**Lecciones apropiadas para la edad sobre los medios y las interacciones en línea/
Age Appropriate Lessons about Media and Online Interactions**

<https://www.commonensemedia.org/>

Visitas virtuales gratuitas al museo /Free Virtual Museum Tours

<https://www.travelandleisure.com/attractions/museums-galleries/museums-with-virtual-tours>

Daily Doodles with Mo Willems <https://www.kennedy-center.org/education/mo-willems/>

Lecciones Ciencia/Science Lessons <https://mysteryscience.com/school-closure-planning>

Matemática/Greg Tang Math Challenges <https://gregtangmath.com/challenges>