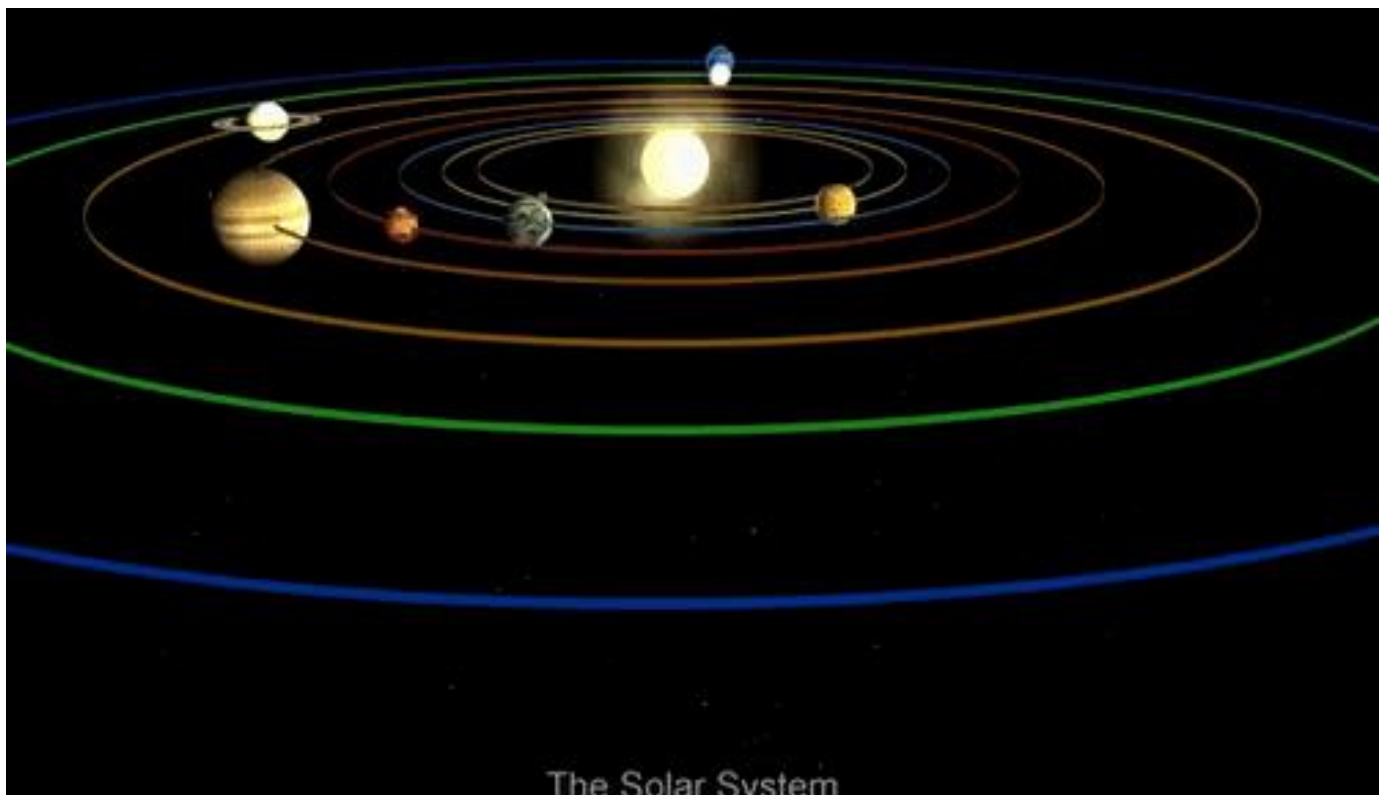




Lecciones Semanales: El Sistema Solar

Semana del 29 de Marzo de 2020





Horario diario

8:00 a.m.	Levántate, acuéstate, vístete, come, desayuna
8:30-9:00	Ejercicio mañanero
9:00-9:30	Devociones familiares
9:30-10:00	Tareas de la mañana
10:00-10:30	Rasgo de personaje y / o habilidad de la semana
10:30-12:15	Actividades educativas
12:15-12:55	Limpiar y almorzar
1:00-1:30	Actividad posterior al almuerzo
1:30-2:30	Tiempo libre silencioso en pantalla: dormir, leer, dibujar, colorear, etc.
2:30-4:30	Actividades educativas
4:30-5:30	Tiempo de juego
5:30-6:30	Lavarse para la cena; cena familiar
6:30-7:00	Limpiar; Tareas de la noche
7:00-7:30	Conexión diaria
7:30-----	Tiempo familiar

[Consejo
para padres
de la
semana](#)

[Recursos de
la
comunidad](#)

[Recursos de
aprendizaje
adicionales](#)

Ejercicio mañanero

Consejo para el maestro: Permita que su hijo / hijos decidan qué ejercicios de la mañana les gustaría hacer cada día. Cuando los jóvenes tienen opciones, sienten que están en CONTROL. Esto es efectivo para mantenerlos comprometidos.



Jon Wicks, el P.E. de la nación profesor, publicará entrenamientos diarios para niños en su canal de YouTube.



Entrenamiento HIIT de 7 minutos para que los niños mejorar la regulación emocional

¡Un niño activo es un niño feliz! Es **CRÍTICO** que nuestros niños participen en actividades físicas diarias. Los beneficios para la salud son innumerables.



Salir afuera. Montar en bicicleta. Corre alrededor. ¡JUGAR!



[Beachbody Kids' Workouts on Vimeo](https://vimeo.com/showcase/6880106)





Devociones familiares

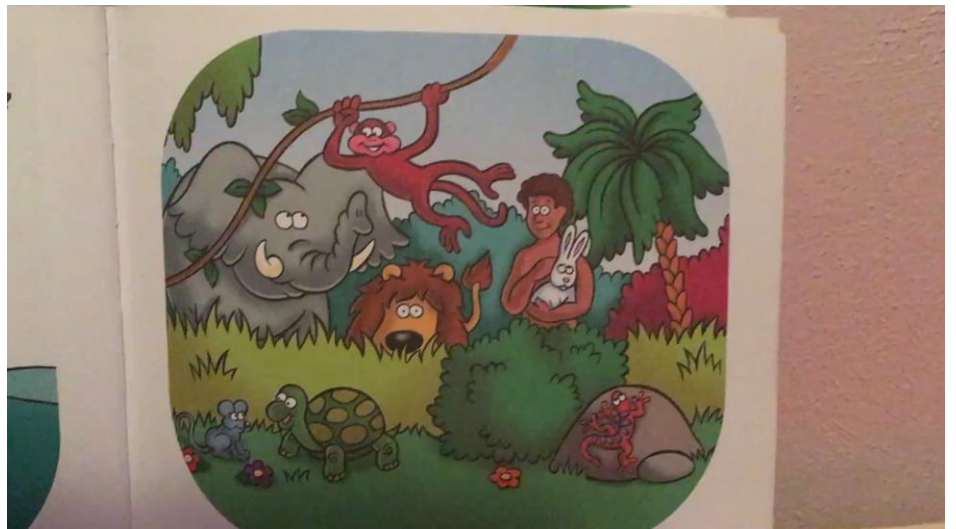
Tema: Adán y Eva

Ver la lección completa [AQUÍ](#).

Memory Verse

"Dios creó todo tipo de animales salvajes, ganado y animales pequeños, cada uno capaz de producir descendencia del mismo tipo". Génesis 1: 25a

Canciones de alabanza y adoración



[Click](#) para reproducir el video

Actividad imprimible

Página para
colorear de Adán
y Eva
[pg. 1](#)

[Take-Home Page](#)
Página de inicio



Aprendizaje social / emocional

Nuestros niños están luchando con sus emociones, ya que sus mundos se han vuelto del revés. Esta semana, tomemos un tiempo para enfocarnos en el aprendizaje socioemocional para que puedan autorregular sus emociones.

Aquí hay un recurso GRATUITO al que puede acceder y usar con sus hijos para ayudarlos a aprender a manejar sus grandes emociones.

2 Weeks of FREE Social Emotional Learning at Home on Google Slides



<http://bit.ly/SELatHomeK2>

K-5

The Social Emotional Teacher

Habilidad de la semana: decir la hora



ABCYA es un sitio gratuito que tiene numerosos juegos educativos. Visite el sitio web y haga que su hijo practique decir la hora.



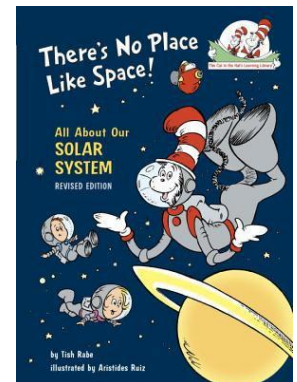
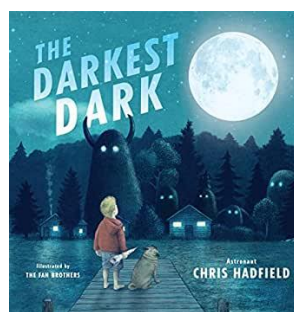
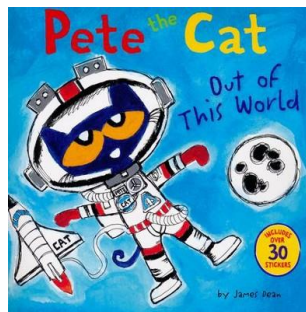
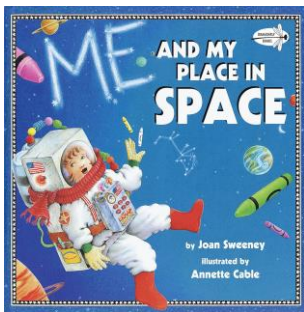
Actividades educativas

Esta es una unidad en la que los niños pueden trabajar si no tienen ninguna tarea de aprendizaje electrónico de sus maestros.

Unidad: espacio

Leyendo :

Haga clic en la imagen para ir al recurso.



Discuta los siguientes conceptos con su hijo:

Personajes principales

Ajuste

Problema principal

Solución



Aquí hay un enlace a un excelente organizador gráfico para ayudar a su hijo a volver a contar la historia utilizando el método de cinco dedos.



Actividades educativas

Esta es una unidad en la que los niños pueden trabajar si no tienen ninguna tarea de aprendizaje electrónico de sus maestros.

Unidad: espacio

Matemáticas :

¡Una maravillosa aplicación matemática ha sido puesta a nuestra disposición GRATIS! Recomendando inscribirse en Happy Numbers. Haga que su hijo tome la evaluación. El programa colocará a su hijo donde sea que necesite estar, según cómo se desempeñen en la evaluación. Este programa de matemáticas con todo incluido ayudará a su hijo a dominar los estándares de matemáticas para su grado. Recomendando que su hijo complete 20 minutos de matemáticas / día.

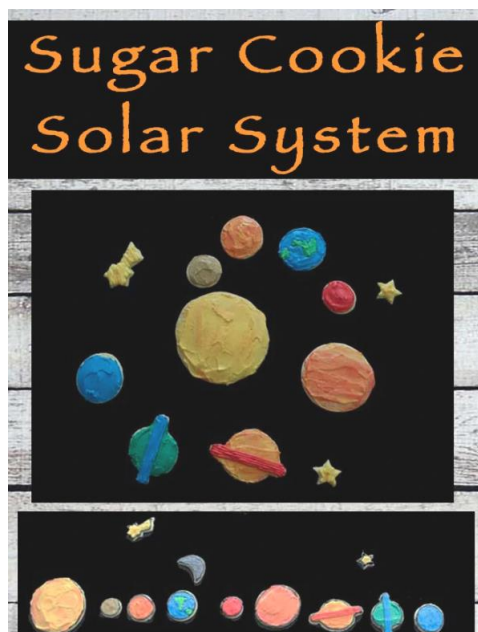


Educational Activities

This is a unit that children can do if they do not have any e-learning day assignments from their teachers.

Unit: Space

Science



Virtual Fieldtrips

[Explore Mars Now](#)

[Star Atlas-Examine the stars](#)

[World Wide Telescope-Examine the Universe](#)

Music

[The Planets Song](#)

[Nursery Rhyme Sing Along](#)

Art

[Solar System Coloring Pages](#)

[Paint the Solar System \(Planets\)](#)

[Glitter Planets and Solar System Drawing | How to Draw Solar System with Colored Glitter](#)

Videos

[The Solar System Planets](#)

[Learning About the Planets in Our Solar System](#)

[Learn all about our Solar System and Planets for Kids -](#)

[The Magic School Bus: Lost in Space](#)

Visit the [NASA DIGITAL LIBRARY](#) and take a look at different images that have been captured by NASA photographers.



Additional, hands-on resources on Amazon



[Space Kids Solar System 146-piece 3D Puzzle](#)



[Augmented and Virtual Reality Set](#)



[Discovery Kids Planetarium Projector](#)



[Giant Inflatable Solar System](#)



[Solar System Big Floor Puzzle](#)



Actividad posterior al almuerzo

Consejo para el maestro: Una de las cosas más importantes que su hijo / hijos deben hacer durante este tiempo es leer o escuchar una buena lectura. Aquí hay algunas ideas para ayudar a su hijo a seguir leyendo.



audible

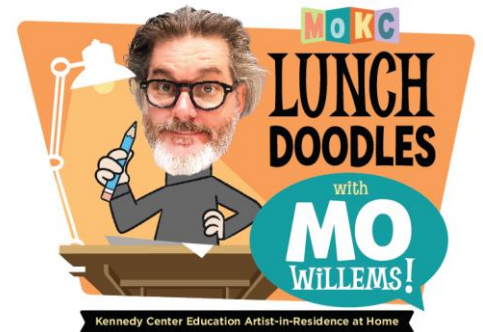
Hundreds of Titles to choose from, all at no charge.



Siéntate con tu hijo / hijos
y lean juntos.



Video chat con un ser querido. Haga que su hijo le lea un cuento. Él o ella puede leerle un cuento a su hijo / hijos.



Consejo para el maestro: Otra cosa buena para incorporar en el día es el arte. La investigación ha demostrado los maravillosos efectos del arte en los jóvenes. Ahora es el momento perfecto para incorporar algo de arte en tu día.



Conexión diaria

Estamos destinados a estar juntos. Comunicarse unos con otros.

Trabajar uno con el otro. Sin embargo, nuestra situación actual nos impide estar físicamente con otros.



Una de las mejores cosas que podemos hacer es llegar a los demás. La tecnología nos permite tener video o llamadas telefónicas con otros.

Haga una lista de personas con las que pueda comunicarse. Pase algún tiempo cada noche conectándose con esas personas. Alegrará tanto tu día como su día.

Nombre de la/del persona	Cómo nos conectaremos



Consejo Para Padres de la Semana: Salud Mental

"¡NA-O-MI!" Desde la cocina bramé: "¿Qué te pasa? ¡No nos comportamos así en esta casa!" Acababa de escuchar gritos y pisotones provenientes de la sala de estar donde, hace solo unos minutos, Naomi había estado jugando independientemente sin ningún problema. ¿Qué podría haber sucedido que la envió de cero a diez tan rápido? Entré en la sala de estar para ver de qué se trataba la conmoción.

"¡No puedo meter mi muñeca en esta estúpida silla!" Naomi exclamó, justo antes de estallar en lágrimas.

Esta no es la primera vez que Naomi ha tenido respuestas irracionales a situaciones desde que nos hemos involucrado en el distanciamiento social. Ha habido múltiples episodios de gritos, pisotones, lanzamientos y llantos. Los comportamientos que fueron corregidos hace mucho tiempo han resurgido.

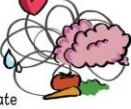
Sabía que Naomi extrañaba a sus amigos, ya que había expresado eso a principios de semana, pero Ben y yo habíamos trabajado para mantener la estructura y hacer que su tiempo en casa fuera divertido y relajante, protegiéndola de la fealdad de lo que está sucediendo fuera de los confines de nuestra casa. Sin embargo, a pesar de nuestros mejores esfuerzos, Naomi seguía mostrando signos de ansiedad y no necesariamente sabía cómo manejar estos grandes sentimientos.

¿Entonces lo que hay que hacer?

8 WAYS A CHILD'S ANXIETY SHOWS UP AS SOMETHING ELSE

- 1. Anger**
The perception of danger, stress or opposition is enough to trigger the fight or flight response leaving your child angry and without a way to communicate why.

- 2. Difficulty Sleeping**
In children, having difficulty falling asleep or staying asleep is one of the hallmark characteristics of anxiety.

- 3. Defiance**
Unable to communicate what is really going on, it is easy to interpret the child's defiance as a lack of discipline instead of an attempt to control a situation where they feel anxious and helpless.

- 4. Chandeliering**
Chandeliering is when a seemingly calm person suddenly flies off the handle for no reason. They have pushed hurt and anxiety so deep for so long that a seemingly innocent comment or event suddenly sends them straight through the chandelier.

- 5. Lack of Focus**
Children with anxiety are often so caught up in their own thoughts that they do not pay attention to what is going on around them.

- 6. Avoidance**
Children who are trying to avoid a particular person, place or task often end up experiencing more of whatever it is they are avoiding.

- 7. Negativity**
People with anxiety tend to experience negative thoughts at a much greater intensity than positive ones.

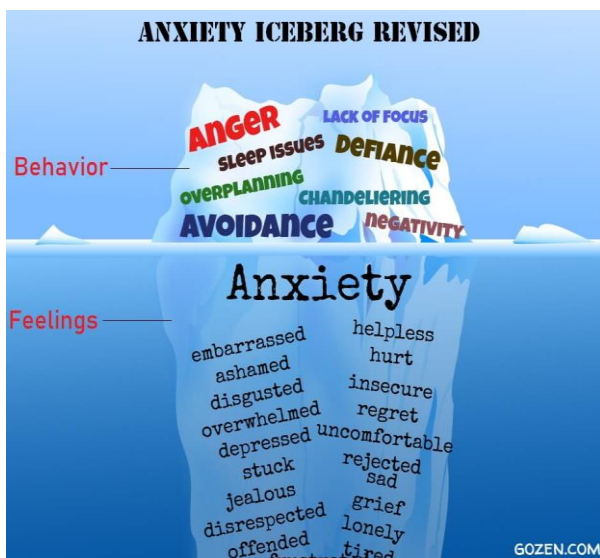
- 8. Overplanning**
Overplanning and defiance go hand in hand in their root cause. Where anxiety can cause some children to try to take back control through defiant behavior, it can cause others to overplan for situations where planning is minimal or unnecessary.


Source: <https://gozen.com/8-ways-a-childs-anxiety-shows-up-as-something-else/>



Santiago 1: 5 dice: "Si alguno de ustedes carece de sabiduría, deben pedirle a Dios, que da generosamente a todos sin encontrar fallas, y se les dará", así que empiezo a orar y pedirle al Señor

sabiduría, porque yo, por mi parte, tengo una sabiduría limitada para saber cómo ayudar a mi hijo a vivir una pandemia. Sospecho que no estoy solo en esto: ver a mi hijo luchando con su estado de ánimo y comportamiento y sin saber cuál es la mejor manera de ser padre durante este tiempo. Mi esposo y yo descubrimos que teníamos que ser intencionales para abordar la salud mental de Naomi. ¿Puedo compartir algunos pasos prácticos que se pueden tomar para ayudar a nuestros hijos durante este momento difícil que ha funcionado bien en nuestro hogar?



Source: <https://gozen.com/8-ways-a-childs-anxiety-shows-up-as-something-else/>

Sentimientos

Participa en [actividades de aprendizaje socioemocional](#) para ayudar a tus hijos a aprender a autorregularse

Actividad física

Brinde oportunidades para que sus hijos sean físicamente activos. (Vea el artículo [aquí](#)).

Nuestras lecciones semanales proporcionan enlaces a diferentes proyectos de arte e ideas para la actividad física.

Conectar con amigas/amigos

Ofrezca a sus hijos oportunidades para conectarse con sus amigos. (Vea el artículo y los recursos [aquí](#)).

Las artes

Anime a su hijo a experimentar con las artes. (Vea el artículo [aquí](#)).

Hemos visto un cambio positivo en la actitud y el comportamiento de Naomi desde que comenzamos a abordar deliberadamente su bienestar mental. Todavía tiene arrebatos repentinos de ira, más lágrimas de lo normal y una actitud menos ideal a veces, pero estos episodios son cada vez menos.

Manténgase en oración, amigos. Juntos, superaremos este momento desafiante.



Recursos de la Comunidad

Asistencia de tutoría

Haga clic en la imagen / logotipo para ir a la fuente..



Haga clic [aquí](#) para ver una lista compuesta de una amplia gama de recursos.



Haga clic [aquí](#) para ver una lista de tiendas que ofrecen horarios de compras para personas mayores y aquellos en la categoría de alto riesgo.



Recursos de la Comunidad

Comidas para los niños.

Aquí hay una lista de lugares donde los niños pueden obtener comida mientras las escuelas están cerradas debido a COVID-19.

Haga clic en la imagen / logotipo para ir a la fuente.



2 comidas gratis para niños por cada comida para adultos comprada en línea oa través de la aplicación en ubicaciones participantes



Almuerzo gratis entregado a los estudiantes de 11: 30-1: 30 p.m. diario



Gary Community School Corporation
Doing What is Best for Students - Today - Tomorrow - Everyday

Portage YMCA is FEEDING FAMILIES



Kids and adults receive two FREE meals each plus fun activities to share at home.

¡Ahora alimentando a las FAMILIAS! A partir del 30 de marzo, le daremos a cada miembro de su familia 2 comidas listas para comer (cena y almuerzo del día siguiente) todos los días de la semana entre las 5:00 y las 6:00 pm desde el estacionamiento de Y's. TODOS los miembros de la familia deben estar presentes. Para que la hora de comer sea divertida, incluimos un Dato divertido de alimentos, Iniciadores de conversación tontos y un Desafío de actividades para que las familias disfruten juntos. Envíe un correo electrónico a FeedTheKids@YMCAofPortage.org para reservar sus comidas familiares (# de niños y adultos) o para solicitar la entrega.



Me encanta esta unidad?
Asegúrese de agarrar nuestra
unidad anterior en la luna.



Week of 3/22/2020

Unit: The Moon

[View Lesson](#)

Conéctate con nosotras/nosotros!

www.trcgary.com/justshorties



The Revolution Church



Just Shorties

Physical Address:
301 S. Lake Street
Gary, IN. 46403

Mailing Address:
P.O. BOX 2968
Gary, IN. 46403

Phone:
(219) 628-5974

E-mail Address: trcgary@gmail.com

