|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **RIVERSIDE PREP SCHOOL**Image result for riverside prep high school logo  [Sitio web del Distrito Escolar de Oro Grande](http://www.orogrande.net/)  *Para esta semana , la sugerencias de aprendizaje a distancia,*  *alentamos a los estudiantes a aprovechar la oportunidad para centrarse en su aprendizaje social y emocional durante las dificultades de lidiar con su nueva normalidad. A continuación encontrará actividades diarias en las que su estudiante puede trabajar a su propio ritmo.* | | |
| **Día** | **Actividad** | **Message/Resources**  ***Click on the name for link to activity*** |
| **Lunes**  **(Atención plena)** | **Cinco sentidos** | * [5 sentidos](https://positivepsychology.com/wp-content/uploads/2017/01/Five-Senses-Worksheet.pdf) El objetivo de este ejercicio es practicar la conciencia en el momento presente siempre que las prácticas formales de atención plena, como la meditación o un escáner corporal, no sean prácticas. * [Atención Plena](https://www.youtube.com/watch?v=u3jBjSs_cpk) Se requiere acceso a internet. El canal YouTube Mindful School trae a nuestros jóvenes la práctica de la atención plena |
| **Martes**  **(Pensando)** | **Reflexión sobre la mentalidad de crecimiento** | * [Presentación de mentalidad de crecimiento](https://www.khanacademy.org/partner-content/learnstorm-growth-mindset-activities-us/high-school-activities/activity-1-the-truth-about-your-brain-hs-02/a/the-truth-about-your-brain-part-3-3) Se requiere acceso a internet. ¡Asegúrese de mirar las preguntas reflexivas! * [La historia de Daisy (archivo PDF](https://drive.google.com/a/orogrande.org/file/d/1PEHlWS0dPUfRbhBSaOHHIZIjRwLkWqcS/view?usp=sharing)) La historia de Daisy es una historia leída en relación con la mentalidad de crecimiento. La segunda página tiene un elemento para colorear para reflexionar sobre el artículo leído |
| **Miércoles**  **(Rueda de arte)** | **Dibujar** | * [Doodle diario](https://artprojectsforkids.org/) (se requiere acceso a Internet) Sitio web sobre cómo hacer actividades y proyectos de arte en el hogar; no es necesario iniciar sesión |
| **Jueves**  **(Pensativo)** | **Manejo del estrés** | * [Plan personal](https://wa.kaiserpermanente.org/static/healthAndWellness/pdf/actplan.pdf) (archivo PDF) Kaiser Permanente nos presenta un plan de acción específico que describe los pasos que una persona tomará para alcanzar su objetivo. |
| **Viernes**  **(Sientelo)** | **Discusión de Motivación** | * [Historia de la mariposa](https://docs.google.com/document/d/1nKVxxcoV-hCD54clug-zOAsT4xvSR_agYX09ZtUgr4Q/edit?usp=sharing) (documento de Google)¡Asegúrese de discutir preguntas reflexivas al final de la lectura! |
| **Cualquier día** | **Recursos adicionales** | * [Servicio gratuito de Internet temporal para familias elegibles](http://internetessentials.com/covid19) * [recorrer un museo](https://americanhistory.si.edu/) * [En casa actividades de ingeniería](https://www.teachengineering.org/) ¡Explora cientos de actividades científicas en casa! * [Sitio web de Khan Academy](https://khanacademy.zendesk.com/hc/en-us/articles/360040167432-How-can-Khan-Academy-be-used-for-remote-learning-during-school-closures-) (se requiere credencial de inicio de sesión) El sitio web proporciona videos GRATUITOS, problemas de práctica, cuestionarios y exámenes sobre todas las materias de matemáticas. |