

Distrito Escolar Unificado de Oakland

Recursos para el Aprendizaje en el Hogar 2020

La escuela de su hijo ha proporcionado recursos para el aprendizaje en el hogar que se pueden encontrar [AQUÍ](#). Se ofrecen como recursos para garantizar que los estudiantes continúen su aprendizaje durante este tiempo de cierre temporal de escuelas. Las tareas de aprendizaje en el hogar no se pueden usar para determinar las calificaciones o la finalización de un curso.

Familias, **primero sigan los planes establecidos por la escuela**. Estamos compartiendo este documento para proporcionarle recursos adicionales y ejemplos de horarios.

Aplicaciones educativas

Obtenga ayuda para ingresar a *Clever*



Freckle

Práctica de matemática y lectura (K-8)
Ingrese a través de *Clever*



Newsela

Artículos de periódicos para estudiantes (K-12)
Ingrese a través de *Clever*



BrainPop

Videos y actividades educativas (K-8)
Ingrese a través de *Clever*



Khan Academy

Matemática, Ciencia (K-12)
Ingrese a través de *Clever*



Oakland Public Library

Libros digitales prestados sin costo
Use su cuenta bibliotecaria



Britannica School

Enciclopedia digital (K-12)
Escriba "OUSD" en ambas secciones para ingresar



Typing Club

Práctica para el uso del teclado



FOSSWeb

Ciencia (K-8)



Scratch

Codificar para niños



OAKLAND UNIFIED
SCHOOL DISTRICT
Community Schools, Thriving Students

Crear cuenta o usar cuenta existente	Ingrese a través de <i>Clever</i>	Crear cuenta o usar cuenta existente
--------------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------

Establezca un horario diario y use aplicaciones de computadora y libros o paquetes de trabajo distribuidos por la escuela de su hijo/a. Muchas escuelas están utilizando *Google Classroom* para publicar tareas.

Ejemplo de un Horario Diario		
PK-2	3-5	6-12
<p>Lectura & Escritura 30 minutos Practicar habilidades para desarrollar la lectura Lectura independiente Dibujar, escribir en el diario, o analizar con un adulto Practicar escritura a mano y uso del teclado (separar en partes)</p>	<p>Lectura & Escritura 45 minutos Lectura independiente Escribir en el diario, o analizar con un adulto (separar en partes) Practicar el uso del teclado</p>	<p>Lectura & Escritura 60 minutos Lectura independiente Escribir en el diario, resumen, o evaluación o analizar con un adulto (separar en partes)</p>
<p>Matemática 30 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>	<p>Matemática 30 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>	<p>Matemática 45 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>
<p>Ciencia 30 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>	<p>Ciencia 30 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>	<p>Ciencia 45 minutos Completar tareas y / o usar aplicación educativa.</p>
<p>Actividad física/gimnasia</p>	<p>Estudios sociales COVID19 diario CPS Proyectos de acción cívica - Contingencia 2020 (Versiones de grados 4-5)</p>	<p>Estudios sociales COVID19 diario histórico CPS Proyectos de acción - Contingencia 2020 (Versiones de Grados 6-8 o 9-12)</p>

	Actividad física/gimnasia	Actividad física/gimnasia
--	---------------------------	---------------------------

No estamos seguros si los estudiantes tomarán exámenes estatales este año. Sin embargo, mirar de antemano las preguntas de los exámenes estatales puede ayudarlo a usted y a su hijo a comprender las expectativas de su nivel de grado. Si está interesado en ver un ejemplo de una prueba estatal o si quiere tomar una prueba de práctica con su hijo/a, [haga clic aquí](#).

[Cómo aprovechar estos momentos sin escuela con sus hijos e hijas](#) (Upworthy)

Los niños se benefician de la rutina y la previsibilidad

Los niños necesitan rutina y previsibilidad para sentirse seguros. Esto es especialmente importante en tiempos de crisis. Una cosa es estar sin rutina durante unos días en las vacaciones. Otra cosa es estar sin rutina durante un período de tiempo desconocido, sin la orientación a la que normalmente están expuestos los niños (aquella que está disponible durante las vacaciones y que, en nuestra situación actual, está completamente ausente). Por lo tanto, esto es muy importante: establecer un orden, con cierta flexibilidad, lo antes posible.

POR EJEMPLO:

- Establezca un horario que incluya una hora regular para bañarse, comer, actividades de trabajo / aprendizaje escolar y socialización.
- Mantenga un horario establecido para ir a dormir y continúe la misma rutina a la que sus hijos están acostumbrados.
- Este no es el momento de dejar que su hogar se convierta en un caos. Al hacerlo, eliminará la estructura y la normalidad que le brinda seguridad a su hijo.
- Hay lugar para cierta flexibilidad: no necesita ejecutar una operación militar. Pero necesita una estructura general y un rutina para el día a día que los niños puedan anticipar.

ENFÓQUESE EN EL TRABAJO ESCOLAR Y SEPARARLO EN CANTIDADES RAZONABLES

Use los materiales provistos por su escuela. Dependiendo de la edad de su hijo, pueden tener algunas tareas académicas para completar en casa. Mi mejor sugerencia aquí es establecer un momento en el día (¡no todo el día!) y un lugar para estudiar en su hogar. Unas pocas horas como máximo debería ser suficiente. Si su escuela no ha enviado a casa ningún material, podrá encontrar algunos excelentes materiales de aprendizaje en internet. *Sheppard Software* y *Khan Academy* son ejemplos de excelentes recursos en internet para niños. Leer con su hijo, hacer proyectos prácticos, incluso cocinar y jugar juegos de mesa pueden ser actividades educativas. Nuevamente, esto depende de la edad de su hijo. Con suerte, todos recibiremos un poco de orientación de nuestros maestros a medida que continúe la cuarentena.

MANEJE SU ANSIEDAD PARA AYUDAR A MINIMIZAR LA ANSIEDAD DE SU HIJA/O

Este es un momento de mucha incertidumbre. Si bien los niños tendrán diferentes niveles de conciencia sobre la magnitud del Coronavirus, seguramente se darán cuenta de nuestras ansiedades. Hable con sus hijos sobre lo que está sucediendo, sin ser demasiado dramático. Afortunadamente, podemos decirles honestamente a nuestros hijos que la mayoría de los niños no se están enfermado mucho por este virus y que

probablemente no les pase nada. Puede explicarles las razones por las cuales estamos practicando el "distanciamiento social" y usar esto como un momento de enseñanza sobre la prevención. No hay necesidad de asustar indebidamente a nuestros hijos, pero se puede compartir con ellos una idea general de lo que está sucediendo. Si usted u otro adulto piensa hablar sobre el Coronavirus, tenga en cuenta la edad y la capacidad emocional de su hijo para procesar la conversación. Los niños oyen TODO. Excepto cuando quieres que escuchen, en ese momento no escuchan nada.

HAGA TIEMPO PARA ALIVIAR EL ESTRÉS

Seamos honestos, esto va a ser estresante. Usted y sus hijos estarán uno encima del otro, tal vez por un tiempo. ¡Nadie está acostumbrado a esto! Así que encuentre maneras de desahogarse: una fiesta de baile ruidosa, una carrera rápida alrededor de la cuadra con sus hijos, un grito en sincronía, ¡lo que sea! ¡Suéltelo todo!

NO SEA TAN DURO CON SUS HIJOS

Este no es el momento de castigar cada comportamiento molesto. Haga algunas excepciones para con sus hijos. Lo necesitarán, y también se ha demostrado que a veces la mejor manera de lidiar con el comportamiento irritante de un niño es simplemente mirar para otro lado. No por las cosas realmente graves, sino por las cosas pequeñas. Intente ignorar lo que puede ignorar y guarde sus intervenciones para cuando realmente las necesite (porque, en algún momento, las necesitaremos).

DELE ESPACIO A SUS HIJOS

Usted necesitará tiempo para estar sola y ellos lo necesitarán también. Si puede crear momentos durante el día para tener tiempo tranquilo/independiente, hágalo.

TRATE DE SALIR AL AIRE LIBRE

Estar al aire libre puede curar el estrés y el malestar. Camine por la bahía, vaya a pasear y fíjese en la floración de las plantas y los árboles.