



iDesenchufar!

iRelajarse!



No
STRESS

iNo Hay Clases!

iDIA DE CAMPO!





Querida familias de CPA,

Aun que estoy tan triste de que no podamos tener nuestro Día de Campo en Crown Pointe, me alegra que nuestros estudiantes puedan pasar el día con la familia. ¡Así que todavía tengamos el día de campo! Sin pantallas y sin trabajo escolar. La única tecnología permitida es una cámara para tomar fotos de toda la diversión. Hagan lo mejor que puedan como familia para obtener un BINGO de cinco actividades seguidas (horizontal, vertical o diagonal). O hagan todas las actividades durante todo el fin de semana. Las actividades se pueden modificar para cumplir con la situación de su familia, míran las ideas alternativas incluidas. Háganlo su estilo familiar. Espero que se diviertan mucho y si quieren en enviarme fotos después de que termine el día, envíenlos a mi correo electrónico: aj.varner@crownpointeacademy.org. ¡Me encantaría crear un video para nuestros maestros y personal de toda la diversión que nuestra escuela tiene sin tecnología! ¡Muchas gracias a todos por perseverar durante este tiempo y por estar allí para sus alumnos! Todos en CPA los extrañamos y esperamos verlos muy pronto.

Sinceramente,

Sr. Varner

CÓMO HACERLO: ¡Establezca expectativas de no tecnológicas para sus estudiantes de CPA! Primero lean las actividades y prepárense con anticipación. Algunos videos de las actividades están disponibles, pero mírenlos antes del viernes para mantener el día libre sin tiempo frente a la pantalla. **Debido a que no se permite tecnología, imprimen o dibujen la cuadrícula BINGO en una hoja de papel antes del viernes, 15 de Mayo.**

1. ¡Dentro o fuera o ambos!
2. Disfruten de la naturaleza y la distancia social.
3. En casa o en el lavado de autos, todos ayudan. ¡Mojense!
4. O ideas de juegos de cartas o noches de juegos.
5. O te helado o Kool-Aid...OH YEAAAAAH!
6. Esta actividad fue publicada en abril para los grados K-5 (aprieten una pelota de calcetines entre las rodillas). Otras ideas incluyen carreras de spinning de bate, carreras de sacos de fundas de almohadas, carreras con los ojos vendados y más.
7. O una pirámide de tazas o una obra maestra de Lego. Usen cualquier cosa que tengan en su casa para construir una estructura.

8. O Voleibol, o Fútbol, o Fútbol Americano o Bádminton o Béisbol / Softbol. Y sigue y sigue y sigue.
9. O scooter or patineta or Heelies.
10. Envíalo y otras fotos a aj.varner@crownpointeacademy.org con permiso para usar en un video para CPA.
11. Míren a las carreras de burbujas ...https://www.youtube.com/watch?v=j-7JC_9Aqc
12. Hagan una cuadrícula de 3x3 con cinta adhesiva. Con vasos de plástico de diferentes colores (o use marcadores para los equipos), dos jugadores voltean el vaso desde el borde de una superficie para colocarlo en su parte superior. Si un jugador aterriza una copa boca abajo, colóquela en la cuadrícula Tic-Tac-Toe y continúe. 9 tazas por equipo. El primero en obtener 3 seguidos gana. O míren a otros juegos divertidos de vasos de plástico <https://www.youtube.com/watch?v=IZyGbE8UghA>
14. Si el cielo está despejado, salgan juntos a mirar las estrellas, si es posible, pasen un tiempo afuera con fuego. Incluso podrías armar una carpa afuera.
15. ¡Juegos de etiquetas como Freeze Tag, Sharks and Minnows, Toilet Tag, Blob Tag, Walking Tag, Groundies!
16. Busquen o imprimen instrucciones con anticipación... <https://www.youtube.com/watch?v=aIIVe3yrMMO>
18. Construyan una pequeña pared repleta de cajas, escobas, cestas, almohadas o cualquier otra cosa que pueda recibir una paliza. Crean una línea de tiro al menos a 10 pies de distancia. Usen una pelota de baloncesto o fútbol (u otro tamaño similar. Los jugadores se sientan detrás de la línea y se acuestan de espaldas. Luego se sientan arrojando la pelota contra la pared. ¿Cuántos lanzamientos se necesitan para derribar la pared?
<https://www.youtube.com/watch?v=EBeG891hACE>
21. Métense en una tabla baja en los antebrazos y dedos de los pies. ¿Quién puede aguantar más? Mantenga la espalda plana. Otros desafíos de acondicionamiento físico: flexiones / sentadillas, saltos, o saltar la cuerda, Hula Hoop, brazo extendido colgado, sentadillas, sentarse en la pared, soportes de mano o equilibrios.
22. O pase de fútbol o malabares o Hacky Sack.
23. O pastel, o pan, o tortillas. También se pueden hacer pizzas, tacos o ensaladas.
24. ¡Agregan pistolas de agua para divertirse aún más!
25. Cada jugador tiene un libro y una bolsa de plástico. Con líneas de 10 pies de distancia, abaniquen la bolsa hasta la línea más alejada un respaldo <https://www.youtube.com/watch?v=TJuYFFKyoeW>

¡Que se diviertan!

D	Í	A	D	E
1. CONSTRUIR UN CURSO DE OBSTÁCULOS EN CASA	2. VAYA A CAMINAR O CORRER EN FAMILIA	3. AYUDA A LAVAR UN COCHE	4. JUEGA UN JUEGO DE TABLERO FAMILIAR	5. HACER LIMONADA
6. WADDLE CARRERA CONTRA ALGUIEN	7. HAGA UNA CASA DE TARJETAS	8. JUGAR BALONCESTO	9. MONTA TU BICICLETA	10. TOMA UNA FOTO DE FAMILIA AL AIRE LIBRE
11. SOPLAR BURBUJAS	12. JUGAR COPA FLIP TIC TAC TOE	sin CAMPO pantalla	14. NOCHE FUERA - S'MORS Y STARGAZE	15. JUGAR A LA ETIQUETA
16. HAZ UN ANIMAL ORIGAMI o JUGAR FÚTBOL ORIGAMI	17. TENER UNA PICNIC EN EL PATIO O EL PARQUE	18. JUGAR SIT-UP PÁJAROS ENOJADOS	19. CUERDA DE SALTO, HOPSCOTCH o HULA-HOOP	20. HAGA ARTE DE CHALK
21. HAGA UN DESAFÍO DEL TABLÓN CON UN AMIGO O MIEMBRO DE LA FAMILIA	22. JUGAR A ATRAPAR	23. HAGA ALGUNAS GALLETAS	24. JUGAR CAPTURA LA BANDERA	25. FAN FAVORITE CARRERA CONTRA ALGUIEN

Consigue 5 seguidos, ↑↓ or →← or ↗↘. ¡O hacerlos todos!