

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



A medida que lideramos este esfuerzo en todo Oregón, los **Principios Orientadores de Aprendizaje a Distancia para Todos** anclarán a nuestro estado en valores comunes y ayudarán a generar una acción colectiva durante este tiempo:

- **Garantizar la seguridad y el bienestar.** Los estudiantes necesitan comida, ropa, un lugar seguro para aprender y resguardarse, así como un sentido de cuidado y conexión, para participar en el trabajo intelectual desafiante.
- **Cultivar la conexión y la relación.** Las conexiones y relaciones de los estudiantes con adultos de confianza promueven el pertenecer, lo cual es especialmente importante a medida que el aprendizaje se lleva a cabo fuera del entorno escolar.
- **Centro de equidad y eficacia.** Priorizar la equidad en cada decisión; desarrollar recursos culturales y lingüísticos para inspirar el aprendizaje y promover la eficacia de los estudiantes. Considere cómo las decisiones y acciones atienden a la equidad racial y la justicia social ([Lente de Equidad para Educadores de Oregón](#)). Considere las ventajas de los estudiantes que experimentan una discapacidad.
- **Innovar.** Itere a través de cambios complejos con un espíritu de posibilidad, centrándose en el aprendizaje profundo, la voluntad del estudiante y las prácticas culturales sostenibles.

Este es un BORRADOR, para ser mejorado con la aportación de los educadores en futuras iteraciones.

Las siguientes pautas son para consideración, y los educadores, las familias y otros deben ajustarlas según sea necesario para satisfacer las necesidades individuales del estudiante. Los horarios sugeridos no necesitan ser continuos; pueden dividirse en plazos más cortos según sea necesario. Se recomienda que los estudiantes tengan tiempo suficiente para los descansos cerebrales y estiramiento. Para obtener una lista más completa de recursos para el aprendizaje a distancia, por favor visite los [Recursos para el Aprendizaje a Distancia para Todos Familiares y Educadores de ODE](#).

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



Ejemplo de Día de Instrucción para Grados Primarios (K-5)			
PAUTAS RECOMENDADAS			
Nivel escolar	Aprendizaje dirigido por el maestro: Aprendizaje estructurado a nivel escolar, dirigido por el maestro y apoyado por el maestro.	Actividades de Aprendizaje y Suplementarias (además del aprendizaje dirigido por el maestro): Puede conectarse con el Aprendizaje Dirigido por el Maestro, dirigido por el estudiante o dirigido por la familia).	Satisfacer las necesidades de nutrición y bienestar: Desayuno, almuerzo, bocadillo, descansos para el recreo/jugar.
K-1	Máximo de 45 minutos	Se recomienda de 1-2 Horas	Se recomiendan 2 Horas
	<p>Sugerencias para el aprendizaje dirigido por el maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las experiencias de aprendizaje son guiadas por un maestro con licencia Centro de resolución de problemas críticos, colaboración, comunicación y creatividad. Enfoque en el aprendizaje esencial y relevante para los estudiantes. Crear oportunidades para aprendizaje interdisciplinario y completo Desarrollar habilidades clave y enfocarse en conceptos que se alinean verticalmente K-12, enlace a los Estándares Estatales de Oregón Integrar oportunidades para la evaluación formativa y la opinión de los estudiantes que alimentan la voluntad del estudiante Diferenciar y ajustar los modelos de 	<p>Sugerencias para Actividades de Aprendizaje y Suplementarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Más de 15 minutos de lectura independiente o leerle a un miembro de la familia (libros elegidos por el estudiante) Observaciones del entorno local “me doy cuenta...” “Me pregunto...” Juegos de mesa, rompecabezas, dados, barajas Diario (dibujar/escribir) 30-60 minutos de juego imaginativo Mirar programas educativos en el canal de televisión pública Escuchar lectura en voz alta Escuchar música Artes y manualidades Drama/actuación/canto Dibujo Tarjetas de vocabulario 	<p>Sugerencias para Nutrición y Bienestar:</p> <p><i>Puede integrarse al día según funcione mejor con el horario de la familia y las necesidades del estudiante.</i></p> <p>Hora de la comida</p> <ul style="list-style-type: none"> Programar una rutina para la hora de la comida (desayuno y almuerzo proporcionado por el distrito para cualquiera que elija participar) Integrar el lavado de manos Invitar a los niños a ayudar Incluir a todos los miembros de la familia si es posible Tener conexión/hablar durante las comidas

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



	<p>entrega de aprendizaje a distancia para incluir paquetes impresos, experiencias en línea, aprendizaje combinado, teléfono, etc. coordinando las necesidades de aprendizaje de los estudiantes y la tecnología y la capacidad de conectividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurar el acceso a educadores calificados, contenido a nivel escolar y materiales requeridos (incluyendo tecnología cuando sea posible). <p>El aprendizaje dirigido por maestros puede incluir: Aprendizaje social emocional, lectura, escritura, lenguaje, matemáticas, ciencias, ciencias sociales, expresión oral y comprensión auditiva, educación física, salud, arte, música, juegos o recursos educativos en línea, folletos u otras actividades de aprendizaje que apoyan áreas de contenido básico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contar y ordenar • Tiempo para platicar-tiempo para que los niños hablen de cómo se sienten y un espacio para hacer preguntas. 	<p>Jugar al aire libre</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar juntos • Paseos en bicicleta • Saltar la cuerda • Dibujar con gis en la acera <p>Jugar en el interior</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rompecabezas • Juegos • Estiramiento <p>Tiempo en tranquilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acurrucarse con una mascota/animal de peluche • Descansar o tomar una siesta • Escuchar música tranquila
<p>Nivel escolar</p>	<p>Aprendizaje dirigido por el maestro: Aprendizaje estructurado a nivel escolar, dirigido por el maestro y apoyado por el maestro.</p>	<p>Actividades de Aprendizaje y Suplementarias (además del aprendizaje dirigido por el maestro): Puede conectarse con el Aprendizaje Dirigido por el Maestro, dirigido por el estudiante o dirigido por la familia).</p>	<p>Satisfacer las necesidades de nutrición y bienestar: Desayuno, almuerzo, bocadillo y descansos para recreo/jugar.</p>
<p>2-3</p>	<p>Máximo de 60 minutos</p>	<p>Se recomiendan 2 Horas</p>	<p>Se recomiendan 2 Horas</p>

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



<p>Sugerencias para el aprendizaje dirigido por el maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las experiencias de aprendizaje son guiadas por un maestro con licencia Centro de resolución de problemas críticos, colaboración, comunicación y creatividad. Enfoque en el aprendizaje esencial y relevante para los estudiantes. Crear oportunidades para aprendizaje interdisciplinario y completo Desarrollar habilidades clave y enfocarse en conceptos que se alinean verticalmente K-12, enlace a los Estándares Estatales de Oregón Integrar oportunidades para la evaluación formativa y la opinión de los estudiantes que alimentan la voluntad del estudiante Diferenciar y ajustar los modelos de entrega de aprendizaje a distancia para incluir paquetes impresos, experiencias en línea, aprendizaje combinado, teléfono, etc. coordinando las necesidades de aprendizaje de los estudiantes y la tecnología y la capacidad de conectividad. Asegurar el acceso a educadores calificados, contenido a nivel escolar y materiales requeridos (incluyendo tecnología cuando sea posible). 	<p>Sugerencias para Actividades de Aprendizaje y Suplementarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Más de 20 minutos de lectura independiente o leerle a un miembro de la familia (libros elegidos por el estudiante) Diario (dibujar/escribir) Observaciones del entorno local “me doy cuenta...” “Me pregunto...” observar y registrar los patrones del clima, crecimiento de las plantas, aves migratorias. Juegos de mesa, rompecabezas, dados, barajas Coser, tejer, manualidades Tomar medidas en la casa Encontrar y seguir patrones Crear y resolver problemas Repasar las tarjetas didácticas/tablas de multiplicar Dibujar Drama/actuación/canto Más de 60 minutos de juego imaginativo Escuchar lectura en voz alta Mirar programas educativos en el canal de televisión pública Tiempo para platicar-tiempo para que los niños hablen de cómo se sienten y un espacio para hacer preguntas. 	<p><i>Puede integrarse al día según funcione mejor con el horario de la familia y las necesidades del estudiante.</i></p> <p>Hora de la comida</p> <ul style="list-style-type: none"> Programar una rutina para la hora de la comida (desayuno y almuerzo proporcionado por el distrito para cualquiera que elija participar) Integrar el lavado de manos Invitar a los niños a ayudar Incluir a todos los miembros de la familia si es posible Tener conexión/hablar durante las comidas <p>Jugar al aire libre</p> <ul style="list-style-type: none"> Caminar Paseos en bicicleta Saltar la cuerda Dibujar con gis en la acera Deportes que permiten distanciamiento social – malabares con un balón de fútbol <p>Jugar en el interior</p> <ul style="list-style-type: none"> Rompecabezas Juegos
--	--	--

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



	<p>El aprendizaje dirigido por maestros puede incluir: Aprendizaje social emocional, lectura, escritura, lenguaje, matemáticas, ciencias, ciencias sociales, expresión oral y comprensión auditiva, educación física, salud, arte, música, juegos o recursos educativos en línea, folletos u otras actividades de aprendizaje que apoyan áreas de contenido básico.</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Estiramiento <p>Tiempo en tranquilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Acurrucarse con una mascota/animal de peluche ● Descansar o tomar una siesta ● Escuchar música tranquila
Nivel escolar	<p>Aprendizaje dirigido por el maestro: Aprendizaje estructurado a nivel escolar, dirigido por el maestro y apoyado por el maestro.</p>	<p>Actividades de Aprendizaje y Suplementarias (además del aprendizaje dirigido por el maestro): Puede conectarse con el Aprendizaje Dirigido por el Maestro, dirigido por el estudiante o dirigido por la familia).</p>	<p>Satisfacer las necesidades de nutrición y bienestar: Desayuno, almuerzo, bocadillo y descansos para recreo/jugar.</p>
4-5	Máximo de 90 minutos	Se recomiendan 3 Horas	Se recomiendan 2 Horas
	<p>Sugerencias para el aprendizaje dirigido por el maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Las experiencias de aprendizaje son guiadas por un maestro con licencia ● Centro de resolución de problemas críticos, colaboración, comunicación y creatividad. ● Enfoque en el aprendizaje esencial y relevante para los estudiantes. ● Crear oportunidades para aprendizaje interdisciplinario y completo ● Desarrollar habilidades clave y 	<p>Sugerencias para Actividades de Aprendizaje y Suplementarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Más de 30 minutos de lectura independiente o leerle a un miembro de la familia (libros elegidos por el estudiante) ● Escribir en el diario ● Observaciones del entorno local “me doy cuenta...” “Me pregunto...” observar y registrar los patrones del clima, crecimiento de las plantas, aves migratorias. 	<p><i>Puede integrarse al día según funcione mejor con el horario de la familia y las necesidades del estudiante.</i></p> <p>Hora de la comida</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Programar una rutina para la hora de la comida (desayuno y almuerzo proporcionado por el distrito para cualquiera que elija participar) ● Integrar el lavado de manos

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



	<p>enfocarse en conceptos que se alinean verticalmente K-12, enlace a los Estándares Estatales de Oregón</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Integrar oportunidades para la evaluación formativa y la opinión de los estudiantes que alimentan la voluntad del estudiante ● Diferenciar y ajustar los modelos de entrega de aprendizaje a distancia para incluir paquetes impresos, experiencias en línea, aprendizaje combinado, teléfono, etc. coordinando las necesidades de aprendizaje de los estudiantes y la tecnología y la capacidad de conectividad. ● Asegurar el acceso a educadores calificados, contenido a nivel escolar y materiales requeridos (incluyendo tecnología cuando sea posible). <p>El aprendizaje dirigido por maestros puede incluir: Aprendizaje social emocional, lectura, escritura, lenguaje, expresión oral y comprensión auditiva, matemáticas, ciencias sociales, salud, educación física, arte, música, ciencias, recursos y aprendizaje en línea, folletos u otras actividades de aprendizaje que apoyan áreas de contenido básico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Juegos de mesa, rompecabezas, dados, barajas ● Coser, tejer, manualidades ● Medir cantidades para cocinar ● Dibujar ● Repasar las tarjetas didácticas/tablas de multiplicar ● Crear y resolver problemas ● Encontrar y seguir patrones ● Escuchar audiolibros ● Más de 60 minutos de juego imaginativo, baile, ejercicio ● Tiempo para platicar-tiempo para que los niños hablen de cómo se sienten y un espacio para hacer preguntas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Invitar a los niños a ayudar ● Incluir a todos los miembros de la familia si es posible ● Tener conexión/hablar durante las comidas <p>Jugar al aire libre</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Caminar ● Paseos en bicicleta ● Saltar la cuerda ● Dibujar con gis en la acera ● Deportes que permiten distanciamiento social – malabares con un balón de fútbol <p>Jugar en el interior</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Rompecabezas ● Juegos ● Estiramiento
--	--	---	--

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



Ejemplo de Día de Instrucción para Grados Secundarios (6-12)			
PAUTAS RECOMENDADAS			
Nivel escolar	Aprendizaje dirigido por el maestro: Aprendizaje estructurado a nivel escolar, dirigido por el maestro y apoyado por el maestro.	Actividades de Aprendizaje y Suplementarias (además del aprendizaje dirigido por el maestro): Puede conectarse con el Aprendizaje Dirigido por el Maestro, dirigido por el estudiante o dirigido por la familia).	Satisfacer las necesidades de nutrición y bienestar: Desayuno, almuerzo, descansos
6-8	30 minutos por materia; máximo de 3 horas	Se recomiendan 1-2 horas	Se recomiendan 2 Horas
	<p>Sugerencias para el aprendizaje dirigido por el maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las experiencias de aprendizaje son guiadas por un maestro con licencia Centro de resolución de problemas críticos, colaboración, comunicación y creatividad. Enfoque en el aprendizaje esencial y relevante para los estudiantes. Crear oportunidades para aprendizaje interdisciplinario y completo Desarrollar habilidades clave y enfocarse en conceptos que se alinean verticalmente K-12, enlace a los Estándares Estatales de Oregón Integrar oportunidades para la evaluación formativa y la opinión de los estudiantes que alimentan la 	<p>Sugerencias para Actividades de Aprendizaje y Suplementarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> 30-60 minutos de lectura o escuchar audiolibros Investigación independiente Participar en actividades para resolver problemas Juegos de mesa, rompecabezas, dados, barajas Crear y resolver problemas que incluyen por lo menos una operación Coser, tejer, manualidades Planificación de comidas Cocinar y modificar recetas (doblar o triplicar) Leerle a hermanitos más pequeños Repasar las tarjetas didácticas/tablas de multiplicar 	<p><i>Puede integrarse al día según funcione mejor con el horario de la familia y las necesidades del estudiante.</i></p> <p>Hora de la comida</p> <ul style="list-style-type: none"> Programar una rutina para la hora de la comida (desayuno y almuerzo proporcionado por el distrito para cualquiera que elija participar) Integrar el lavado de manos Ayudar a planear las comidas, recoger comidas, cocinar, limpiar después de las comidas

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



	<p>voluntad del estudiante</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferenciar y ajustar los modelos de entrega de aprendizaje a distancia para incluir paquetes impresos, experiencias en línea, aprendizaje combinado, teléfono, etc. coordinando las necesidades de aprendizaje de los estudiantes y la tecnología y la capacidad de conectividad. • Asegurar el acceso a educadores calificados, contenido a nivel escolar y materiales requeridos (incluyendo tecnología cuando sea posible). <p>El aprendizaje dirigido por maestros puede incluir:</p> <p>Aprendizaje social emocional, lectura, escritura, lenguaje, expresión oral y comprensión auditiva, matemáticas, ciencias sociales, salud, educación física, arte, música, ciencias, CTE, recursos y aprendizaje en línea, folletos u otras actividades de aprendizaje que apoyan áreas de contenido básico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dibujar o crear arte • Hacer música • Crear videos • Escribir en el diario, escritura creativa • Entrevistar a un miembro de la familia para aprender sobre la historia familiar • Identificar y resolver un problema local o un desafío (en la familia, el vecindario, comunidad escolar, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Tener conexión/hablar durante las comidas <p>Actividades de Bienestar Físico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar • Trotar • Andar en bicicleta, patineta, etc. • Brincar la cuerda • Ver un video/aplicación de ejercicio • Practicar la plenitud mental, yoga/estiramiento • Jugar deportes individuales que permiten distanciamiento social – malabares con un balón de fútbol
--	--	--	--

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



Nivel escolar	Aprendizaje dirigido por el maestro: Aprendizaje estructurado a nivel escolar, dirigido por el maestro y apoyado por el maestro	Actividades de Aprendizaje y Suplementarias (además del aprendizaje dirigido por el maestro): Puede conectarse con el Aprendizaje Dirigido por el Maestro, dirigido por el estudiante o dirigido por la familia).	Satisfacer las necesidades de nutrición y bienestar: Desayuno, almuerzo, descansos
9-12	30 minutos por materia; máximo de 3 horas	Se recomiendan 1-2 horas	Se recomiendan 2 Horas
	<p>Sugerencias para el aprendizaje dirigido por el maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las experiencias de aprendizaje son guiadas por un maestro con licencia Centro de resolución de problemas críticos, colaboración, comunicación y creatividad. Enfoque en el aprendizaje esencial y relevante para los estudiantes. Crear oportunidades para aprendizaje interdisciplinario y completo Desarrollar habilidades clave y enfocarse en conceptos que se alinean verticalmente K-12, enlace a los Estándares Estatales de Oregón Integrar oportunidades para la evaluación formativa y la opinión de los estudiantes que alimentan la voluntad del estudiante Diferenciar y ajustar los modelos de 	<p>Sugerencias para Actividades de Aprendizaje y Suplementarias:</p> <ul style="list-style-type: none"> 30-60 minutos de lectura o escuchar audiolibros Planificar para la universidad con actividades como: <ul style="list-style-type: none"> Investigar carreras Explorar oportunidades de becas Investigar universidades y/o pasantías u otros programas universitarios Hacer borradores de ensayos para universidades o becas Planificar para SAT/ACT –tomar un examen de práctica Participar en estudio independiente Identificar y resolver un problema local o desafío (familia, vecindario, comunidad escolar, etc.) Juegos de mesa, rompecabezas, dados, barajas 	<p><i>Puede integrarse al día según funcione mejor con el horario de la familia y las necesidades del estudiante.</i></p> <p>Hora de la comida</p> <ul style="list-style-type: none"> Programar una rutina para la hora de la comida (desayuno y almuerzo proporcionado por el distrito para cualquiera que elija participar) Integrar el lavado de manos Ayudar a planear las comidas, recoger comidas, cocinar, limpiar después de las comidas Tener conexión/hablar durante las comidas

Herramienta de DISEÑO #5 Aprendizaje a Distancia: Ejemplo de Día de Instrucción (Esquema K-12)



	<p>entrega de aprendizaje a distancia para incluir paquetes impresos, experiencias en línea, aprendizaje combinado, teléfono, etc. coordinando las necesidades de aprendizaje de los estudiantes y la tecnología y la capacidad de conectividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurar el acceso a educadores calificados, contenido a nivel escolar y materiales requeridos (incluyendo tecnología cuando sea posible). • Apoyar a todos los estudiantes para obtener un Diploma de Oregón 2020, un Diploma Modificado de Oregón 2020, un Diploma Extendido de Oregón 2020 y hacer una transición exitosa a una carrera o universidad. <p>El aprendizaje dirigido por maestros puede incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprendizaje social emocional, lectura, escritura, expresión oral y comprensión auditiva, matemáticas, ciencias sociales, salud, educación física, arte, música, ciencias, CTE, recursos y aprendizaje en línea, folletos/actividades de aprendizaje que apoyan áreas de contenido básico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coser, tejer, manualidades • Planificar comidas • Cocinar y modificar las recetas (doblar o triplicar) • Leerle a los hermanos menores y/o apoyarlos en su aprendizaje • Dibujar y crear arte • Hacer música • Crear videos • Escribir en el diario, escritura creativa • Entrevistar a un miembro de la familia para aprender sobre la historia familiar • Aprender de programas educativos, podcast, documentales o televisión pública. 	<p>Actividades de Bienestar Físico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar • Trotar • Andar en bicicleta, patineta, etc. • Brincar la cuerda • Ver un video/aplicación de ejercicio • Practicar la plenitud mental, yoga/estiramiento • Jugar deportes individuales que permiten distanciamiento social – malabares con un balón de fútbol
--	---	--	--