



Prepare • Empower • Inspire

# New Brunswick Public Schools Summer 2023 Instructional Learning Plan

<p><b>Content Area:</b> <i>Physical Education/Health / Área de contenido: Educación física / Salud</i></p>	<p><b>Grade Level/Band:</b><i>3-5 / Nivel de grado / Banda: 3-5</i></p>
<p><b>Activities: (Technology-based)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Select articles from the <a href="#">Health and Wellness Summer 2023</a> to read more about the history and benefits of yoga and mindfulness practices</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Access the set through this link/log into Newsela using Clever</li> <li>○ Articles can be leveled to be “just right” for independent reading</li> <li>○ Articles can be listened to at any level using the text to speech function on the platform</li> <li>○ Many articles are available in both English and Spanish</li> </ul> </li> <li>● <b>Practice Yoga for 5-10 minutes daily by clicking on the <a href="#">links found here</a></b></li> <li>● <b>Practice Mindfulness for 5-10 minutes daily by clicking on the <a href="#">links found here</a></b></li> <li>● <b>Select videos from <a href="#">BrainPOP Jr. Health</a> to discover information about various health topics.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Access videos through the link <a href="#">BrainPOP Jr. Health</a></li> <li>○ Select a health topic and view video and select an activity/quiz to complete</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Actividades: (basadas en tecnología)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Seleccione artículos del conjunto de texto <a href="#">Health and Wellness Summer 2023</a> para leer más sobre la historia y los beneficios del yoga y las prácticas de plena consciencia.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Acceda al conjunto a través de este enlace / inicie sesión en Newsela usando Clever</li> <li>* Los artículos se pueden nivelar para que sean "perfectos" para una lectura independiente</li> <li>* Los artículos se pueden escuchar en cualquier nivel utilizando la función de texto a voz en la plataforma.</li> <li>* Muchos artículos están disponibles tanto en inglés como en español.</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Links and Resources:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <a href="#">Health and Wellness Summer 2023</a></li> <li>● <a href="#">BrainPOP Jr. Health</a></li> </ul> <p><a href="#">Summer Yoga Grades 3-5</a> <a href="#">Summer Mindfulness Grades 3-5</a></p>



Prepare • Empower • Inspire

## New Brunswick Public Schools Summer 2023 Instructional Learning Plan

<ul style="list-style-type: none"><li>● <i>Practique yoga durante 5-10 minutos diarios haciendo clic en los enlaces que se encuentran aquí (<a href="#">links found here</a>)</i></li><li>● <i>Practica Mindfulness durante 5-10 minutos al día haciendo clic en los enlaces que se encuentran aquí (<a href="#">links found here</a>).</i></li></ul>	
<p><i>Activities: (Non Technology-based)</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● <i>Daily yoga using the <a href="#">Morning Yoga Poses (PDF)</a></i></li><li>● <i>Daily meditation using the <a href="#">Meditation Guide (PDF)</a></i></li><li>● <i>Try the <a href="#">daily fitness challenge for kids</a></i></li></ul> <p><i>Actividades: (no basadas en tecnología)</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● <i>Yoga diario usando las posturas de yoga matutinas (PDF) (<a href="#">Morning Yoga Poses (PDF)</a>)</i></li><li>● <i>Meditación diaria con la Guía de meditación (PDF) <a href="#">Meditation Guide (PDF)</a></i></li></ul>	<p><i>Links and Resources:</i></p> <p><i><a href="#">Morning Yoga Poses (PDF)</a></i> <i><a href="#">Meditation Guide (PDF)</a></i> <i><a href="#">Daily Fitness Challenge</a></i></p>