



ORIENTACIONES PARA FAMILIAS

Estos días, inevitablemente, los alumnos desarrollarán sus clases desde casa y su autonomía para los aprendizajes

Tienen muchas herramientas para ello: papás, google classroom, edmodo...

Sobre esto, ellos controlan a veces más que los propios adultos pero como madres y padres tenemos que facilitar y ayudarles a que se organicen bien.

ESPERO QUE OS SIRVAN ESTAS ORIENTACIONES:

ESPACIO DE TRABAJO

- Los chicos deben tener un espacio adecuado para trabajar: LIMPIO, ORDENADO Y VENTILADO
 - Ellos deben colaborar en esto: ordenar su espacio de trabajo y ventilar bien.
 - Es importante que conforme avance el tiempo las habitaciones no vayan transformándose en LEONERAS donde no encontramos nada.
- El aseo personal es importante

HIGIENE

- El aseo personal es importante.
- Los primeros días puede ser divertido estar todo el día con el pijama pero...
 - Es importante establecer una rutina de aseo personal
 - Es fundamental vestirse y asearse cada día
- Después de los primeros 5 días, verse aseado, vestido, arreglado...será importante a nivel psicológico.
- Cuidado con compartir fotos con poca ropa, pijamas...



ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO ESCOLAR

PAUTAS SENCILLAS
ALLÁ VAMOS....



1

FIJAR UN HORARIO ESTABLE

1. TIEMPO DE MAÑANA
2. TIEMPO DE TARDE

2

ORGANIZACIÓN DE LAS TAREAS

ENUMERAR EN LA AGENDA LO QUE LOS PROFESORES MANDEN CADA DÍA y LA FECHA DE ENTREGA

EJEMPLO 1º ESO- 17 de marzo

1. biología: copiar apuntes en cuaderno y leer la página 24 del libro (24 de marzo entrega)
2. Inglés: 2 primeras hojas del cuadernillo (23 de marzo)
3. Fránces: trabajo de repaso de vocabulario en edpuzzle... (23 de marzo)

//

¿POR DÓNDE EMPIEZAN?

Lo conveniente es que sigan
una secuencia:

FÁCIL

DIFÍCIL

FÁCIL



//

¿DESCANSOS?

Lo conveniente es que sigan un horario parecido al del IES:

- 2 períodos de trabajo con descanso de 5-10 minutos
- Descanso de 20-30 minutos
- 2 períodos de trabajo....

ORDEN EN EL TRABAJO

Pueden poner un **✓** tic en

Aquellas tareas terminadas y entregadas como corresponda

Pueden poner un **X** en

Aquellas tareas no realizadas todavía esa mañana pero que deben hacer o por la tarde o al día siguiente...

Pueden poner una **?** en

Aquellas tareas o actividades en las que tengan dudas.

NO estar continuamente mandando dudas porque le profesor es imposible que conteste a todos en el momento.

Tras el período de trabajo se mandan todas

NO OLVIDÉIS

PRIMERO

Evitar atracones de una sola materia

SEGUNDO

Intentar empezar y terminar tareas o actividades en un período para que tengan sensaciones positivas de que van avanzando.

Si la tarea es muy larga que se la partan en varias para que vean un principio y un fin.

3

**USO DE
DISPOSITIVOS
MÓVILES,
ORDENADORES...**

- Son una gran herramienta para estos días.
- Pregúntales por las plataformas digitales que están usando vuestros hijos o hijas para conocerlas un poco e interesarte por ellas.
- Cuidado con el abuso y la consulta en páginas inadecuadas: es difícil pero hay que estar pendientes.



Recomendaciones

No solo existen los videojuegos para divertirse estos días

Limita el tiempo. Esta situación pasará y los abusos pasarán factura. (bueno, igual los aborrecen...jajajajaj)

Conversar con nuestros hijos e hijas sobre diversos temas

Podemos hablar sobre otros momentos históricos en los que los ciudadanos han vivido situaciones extraordinarias e investigar con ellos sobre esto.

Lectura.

Es un buen momento para llevar al día las lecturas de las diferentes materias

SEGURO QUE POR LAS REDES OS HAN LLEGADO MUCHAS IDEAS PARA DISFRUTAR DEL OCIO AUNQUE SEA EN ESTAS CIRCUNSTANCIAS.



**CUESTIONES
EMOCIONALES**

1. A partir del 5º día habrá un bajón emocional después de la novedad, la lluvia de información whatsapp... Hay que estar preparados para hablar con ellos sobre esta situación y las sensaciones de angustia: verbalizarlas
2. Es importante hacerles partícipes de su responsabilidad como ciudadanos. En la adolescencia se suele pensar que uno puede cambiar el mundo. Pues, ahora tienen la oportunidad quedándose en casa.

3. Hablar con ellos sobre el tema sin dramatizar y con mensajes claros y optimistas.
4. No abuséis de la información en TELEVISIÓN. Ya sabemos lo que debemos hacer y lo que no. Ellos son más vulnerables aún que nosotros a la dramatización y hay que evitar que estén todo el día viendo información sobre el coronavirus, sus consecuencias...
5. Trabaja la empatía con tus hijos: habla sobre la situación de sanitarios, militares, trabajadores de la alimentación que tienen que estar expuestos. ...

Recuerda

1

Comunicación emocional

Habla de vuestras emociones positivas y negativas

2

Responsabilidad conjunta

Los adultos somos un modelo para ellos de responsabilidad

3

Afrontamiento en positivo. TODO VA A SALIR BIEN

Evitar dramatizaciones. En casa estamos bien.



Ánimo y muchas gracias!

Si tienen cualquier duda,

Pueden consultarme en
anarosa.valera@iesiniesta.es