

SESIÓN N° 6: CONVIVENCIA ESCOLAR

MOTIVAR CON LA EDUCACIÓN DESDE LA CASA

TIEMPOS DE PANDEMIA

El Cierre de los colegios debido a la contingencia sanitaria por el COVID-19, por lo que educar en casa es una tarea titánica, sin lugar a dudas, pero se puede hacer mucho más llevadero con los consejos que te dejamos a continuación:

ESTABLECER HORARIOS



- Es impactante pactar con los niños, una hora para levantarse, para hacer tareas, para disfrutar el tiempo libre, etc
- Estos horarios serán diferentes a los habituales, pero es clave **mantener las rutinas lo máximo posible**, adaptando los tiempos como mejor les convenga en esta nueva situación.

CREAR UN ESPACIO DE ESTUDIO



- Escoge un lugar de la casa donde en el que puedan estar tranquilos, con luz y espacio suficiente.
- Una buena mesa y silla son primordiales. Además, tener a mano el material escolar
- Evitar juguetes y distracciones, que deberán tener alejados mientras estén concentrados en su estudio.

PONER HORARIO EN LAS PANTALLAS



- Limitar el uso de las pantallas para estos momentos que son primordiales
- Es importante establecer un horario de uso para estos aparatos electrónicos, **evitando el abuso y dándoles otras alternativas de tiempo libre que son igualmente entretenidas.**

DEDICA TIEMPO A REPASAR CONTENIDOS



- Es importante **dedicar tiempo diario a repasar contenidos con tus hijos, comprobando que han entendido la lección del día, y ayudándoles a resolver las posibles dudas.**
- Echale un vistazo a sus libros e intentar explicarles la teoría, haciendo uno que otro ejercicio de práctica a modo de juego.

FOMENTA LA LECTURA



- **No todo tiene que ser libros de textos escolares durante esta cuarentena.** Ahora es el momento para que los niños puedan dedicar el tiempo libre que tienen a la **lectura de sus libros favoritos**
- Aprovecha la última hora del día, o un largo rato durante el fin de semana, para hacer una sesión de lectura familiar

ACTIVIDADES ARTÍSTICAS



- Las actividades artísticas pueden ser una gran forma de evasión en estos momentos de encierro y también una **herramienta muy buena** para conectar con las emociones.
- El **pintar, bailar o aprender** a tocar algún instrumento, pueden convertirse en muy buenas instancias de aprendizaje.

ACTIVIDADES DOMÉSTICAS



- Si lo planteas como un juego para ellos, este aprendizaje les será de gran utilidad y seguro que les encantará ser partícipes de las responsabilidades del hogar.
- Aprender a cocinar, limpiar, pasar la aspiradora, poner una carga de ropa en la lavadora, servir la mesa o cuidar a los hermanos pequeños y mascotas, puede ser muy educativo y entretenido para los niños.

HABLAR DE LAS EMOCIONES



- Mantener a los niños informados de lo que está pasando realmente y de **hablar de cómo se sienten con todo lo que pasa por la pandemia.**
- Es clave **establecer espacios** para revisar las noticias e invitarlos a expresarse. La contención emocional en familia es realmente importante en estos días.

TIEMPO LIBRE EN TODAS LAS JORNADAS



- Por este motivo los expertos recomiendan que los padres también nos relajemos de vez en cuando. Pasar tiempo de **ocio en familia** es importante, incluso dentro de casa.
- Establece pequeños descansos de tu trabajo para estar con tus hijos, y tómate tu merecido tiempo libre, dejando a un lado el resto de las obligaciones para disfrutar de una película, juegos de mesa, hacer una competición de karaoke, o simplemente hablar con tus hijos al finalizar el día.