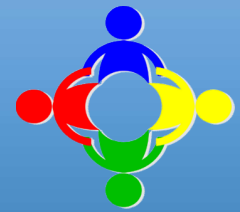


Estamos ante una situación nueva que no hemos vivido nunca. Nuestra única obligación es permanecer en casa. Por nosotros, por nuestros padres, por nuestros abuelos, ... por TODOS. Pero no estamos aún de vacaciones, por lo que tenemos que seguir trabajando, aprendiendo, pero ahora cómodamente desde casa. Para ello debemos trabajar en equipo: alumnos, padres y maestros



¡Somos un equipo!

H

N

Algunas sugerencias pueden ser:

M



Establecer rutinas diarias, con un horario específico para las tareas y estudiar.



Trabajar siempre en el mismo lugar. Sin distractores, como móviles, televisión,... y donde tengan todas sus cosas del cole organizadas y a mano.



Seguir las indicaciones que den los profes todos los días. De todas las materias. No acumules tarea para evitar atracones finales.



Fomentar la autonomía y responsabilidad. Que sean los alumnos los que intenten hacerlo por sí mismos.



Cuando haya dudas, puede apoyarse en familiares que puedan resolverlas en el momento, y/o preguntar a sus profes por email.



Leer, leer y leer. Lo que les guste y por placer, solos y/o en compañía.

Practicarlo en familia. Imprescindible para mantener el equilibrio emocional y disminuir el estrés. Hay miles de vídeos en [YouTube](https://www.youtube.com)

Fijar un tiempo limitado para jugar a las videoconsolas, tablets, móviles,...

Juegos, dibujos, inventar cuentos, cambiarles el final, etc.

Recoger su habitación, hacer la cama, limpiar, cocinar, ...

Hablar de la situación desde un enfoque positivo.

Cualquier duda, apoyo o asesoramiento, no dudes en contactar con nosotros en el email: [ffpena@edu.jccm.es](mailto:ffpena@edu.jccm.es)

