

Boletín informativo N°.1.

Abril 20 de 2020

INSTITUCION EDUCATIVA SAN LUCAS
DIRECTIVOS Y BIENESTAR ESTUDIANTIL



**QUEDATE EN CASA...
SEGUIRAS APRENDIENDO
AL LADO Y CON EL AMOR
DE LA FAMILIA. SOLO ASI
LOGRAREMOS VENCER.**

**LOS EXTAÑAMOS Y
QUEREMOS VERLOS BIEN Y
A TODOS CUANDO
REGRESEMOS.**

**¡El coronavirus
no detiene a la
educación en La
Institución
Educativa San
Lucas! Por eso,
los 2. 100
estudiantes de
las dos sedes
continúan las
clases durante la
#CuarentenaPor
LaVida con las
orientaciones
Institucionales
bajo el Programa
del Gobierno
Nacional
'Aprender en
casa'.**

APOYO Y ORIENTACIONES A LA FAMILIA DURANTE LA EMERGENCIA

Junto con sus docentes y ustedes padres de familia pondremos lo mejor de cada uno de nosotros, para que aprender en casa sea una gran experiencia. Sabemos que la tarea no ha sido fácil, pero para nosotros como comunidad educativa se convertirá en un reto para innovar y crear.

Compartiremos con ustedes padres de familia y acudientes 8 hábitos que proponemos desarrollar con sus hijos y que les permitirá aportar a su formación y mejorar la convivencia en el hogar, como lo plantea nuestra misión institucional: "Formar personas competentes en lo cognitivo-social y afectivo; capaces de mejorar permanentemente su proyecto de vida en lo personal y lo social".

Estimados padres:

Con los docentes, construimos las siguientes estrategias para lograr que Aprender en casa a través de recomendaciones sencillas y prácticas los niños, niñas y jóvenes Sanluquistas enfrente este tiempo de aislamiento preventivo y sea una experiencia muy positiva.

8 HÁBITOS PARA ESTUDIANTES:

1. Pide ayuda a tus padres para hacer un horario, como el del colegio, en donde distribuyas tus actividades en tiempos fijos, incluyendo descansos y pausas activas.
2. Empieza tu día con una rutina como si fueras a normalmente a clase.
3. Utiliza tu creatividad para innovar en los trabajos o tareas.
4. Si tienes dudas para el manejo de las plataformas virtuales o redes sociales, para el desarrollo de trabajos o guías, consulta con tu director de grupo.
5. Si tienes dudas sobre alguna tarea, has una lista por materias para que luego las consultes a tus maestras o maestros.
6. Realiza una actividad deportiva en tu rutina con tu familia como bailar o saltar dentro de tu casa.
7. Recuerda que debes lavarte las manos al menos cada 3 horas.
8. Sintoniza la franja El programa "Profe en Tu Casa" que se emite por Telecaribe: lunes a viernes.

IMPORTANTE...

Organízale a tu hijo un área de trabajo con lo que necesita, que sea cómoda y ordenada.

- Trata de alejarlo de distractores como la televisión o las redes sociales, a menos que sean necesarias para desarrollar las tareas.

- Acompáñalo para que pueda desarrollar los trabajos, cumpliendo el tiempo que asignaron en el horario.

- Vigila que duerma y se alimente bien.

- Y recuerda mantener el hábito del lavado de manos y de toser o estornudar cubriendo con el codo.



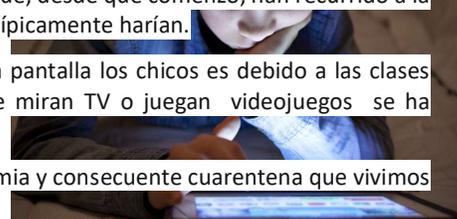
Episodio especial cuarentena:

Hijos en casa, Cómo controlar el tiempo de pantalla de los estudiantes.

Muchas preocupaciones surgen al ver a los chicos frente a la pantalla en esta cuarentena. Incluso puede generar culpa entre los padres ya que, desde que comenzó, han recurrido a la televisión, tabletas y video juegos más de lo que típicamente harían.

. Aunque parte del tiempo que pasan frente a la pantalla los chicos es debido a las clases virtuales, también es verdad que el tiempo que miran TV o juegan videojuegos se ha incrementado muchísimo.

Tenemos en cuenta situaciones como la pandemia y consecuente cuarentena que vivimos hoy para hacer algunas recomendaciones.



“Interactuar con los niños y niñas cuando están utilizando dispositivos electrónicos e interesarnos por lo que hacen puede ser muy positivo. También representa una oportunidad para monitorear lo que ven y aprenden tus hijas/os más grandes en línea.”

PLANEAMIENTO DEL DÍA

En primer lugar, es importante que hables con tus niñas/os sobre qué estructura tendrá el día, cómo manejaran el estrés y cuándo tomaran recreos para conectarse con los otros miembros de la familia.

REGLAS DE USO

Está claro que la tecnología será usada...y mucho.

Lo primero que deberías hacer es establecer normas de uso y seguirlas. Esta estrategia evitará muchas batallas.

Algunas de estas normas podrían ser: terminar las tareas del colegio antes de usarlas, no utilizarlas durante las comidas, no utilizarlas 1 o 2 horas antes de dormir, tomar recreos en el patio, etc.

Es bueno también establecer consecuencias de romper las normas y ser estrictos en su cumplimiento.

Para crear las reglas en tu casa, ten en cuenta que la tecnología no debería reemplazar el horario de sueño, ejercicio, lectura, alimentación o conexión familiar.



ACTIVIDADES ALTERNATIVAS

◆ Si quisiéramos que hubieran tiempos libres de pantalla, entonces debemos presentarles a los chicos actividades alternativas.

◆ Aquí es clave tomar en cuenta los intereses de tus niñas/os.

◆ Pero quizás podrían servirles algunas de estas ideas:

1. Darles espacio para expresar sus preocupaciones.
2. Pasear por el patio.
3. Jugar juegos de mesa.
4. Leer juntos.
5. Tener fiestas familiares o pijamadas.
6. Hacer un campamento.
7. Jugar a la pelota.
8. Jugar a las escondidas.
9. Sembrar una planta o un árbol
10. Colorear juntos.
11. Dibujar.
12. Cocinar juntos.
13. Hacer un experimento juntos.
14. Hacer adivinanzas y trabalenguas.
15. Legos.
16. Pintura.
17. Fiesta de disfraces.
18. Juegos con globos.
19. Retomar la práctica de instrumentos musicales.
20. Jugar con burbujas.

Caja de herramientas de apoyo virtual.

Te invitamos a ingresar en la siguiente caja de herramientas (clic en el enlace

<https://www.symbaloo.com/mix/webmixdeinicio1981>

<https://www.proyectodescartes.org/plantillas/objetos.htm>

www.eafit.edu.co/exa/covidu/Paginas/Docente.aspx

<https://itagui.edu.co/recursos/catalogo-de-formacion/>

<http://www.eafit.edu.co/aprendizajeabierto/Paginas/aprendizajeabierto.aspx?elqTrackId=8075dd70a6564219935f1a1f8a5c9af9&elq=ce29aeb02cb24127a82cd84167627308&elqaid=10871&elqat=1&elqCampaignId=10252>

<https://www.ceibal.edu.uy/es>

<https://www.educacionrespuntocero.com/recursos/aplicaciones-de-educacionfisica/>

https://www.youtube.com/playlist?list=PLNHDA4HrxsVA_2dM3mivKWEpVf61Xxk-u&utm_source=hs_email&utm_medium=email&utm_content=86232045&_hsenc=p2ANqtz89BIE9HqbEZVwQ34UKSviedjvhdYchqECFtUnw_cmim3O5R-PvxxiCpZbZOwOYutv3Ip43hjMCd7LIMYUCt9UN03Q&_hsmi=86232045

<https://www.ceibal.edu.uy/es>

<https://catalogo.senalmemoria.co/>

https://www.mineduacion.gov.co/1759/w3-article-340089.html?_noredirect=1

