



Comunicado N°2

Estimadas familias, ¡Qué semanas!

Hemos estado trabajando desde casa para crear un espacio para el aprendizaje a distancia y no presencial como estábamos acostumbrados. Sabemos que es difícil reemplazar el trabajo escolar que se realiza en la sala. La comunicación cercana es necesaria para la motivación por aprender.

Nuestro primer esfuerzo ha sido conectarlos a todos a una plataforma, www.liceoahf.cl allí subiremos periódicamente guías o link para trabajar en casa. Ahora que todos nos damos cuenta que esto es para largo, sin poder definir largo, debemos pasar a la próxima etapa; esta es, que nuestros niños y niñas sigan su camino de aprendizaje y progresen en el desarrollo de habilidades.

Para esto necesitamos todos asumir nuevas responsabilidades y tareas. En el buen entendido que esta es una experiencia nueva para todos/as. Pocos saben trabajar desde casa rodeado de niños y niñas junto a realizar tareas de aseo extremas con los que salen o llegan. Por lo tanto, cada familia armará su nueva realidad según su contexto. Claramente es muy distinto tener dos adultos en casa o uno solo con niños y niñas pequeñas.

Como una forma de colaboración realizamos las siguientes sugerencias:

1º Armar Rutinas de niños, niñas y jóvenes para días de semana

Los expertos en el tema proponen:

1. Levantarse al salir el sol.
2. Hacer tareas de colaboración al hogar según la edad. (Ordenar ropa sucia y limpia, hacer la cama, poner la mesa para el desayuno, barrer su pieza, lavar la loza del desayuno, etc.
3. Realizar primera actividad escolar. Ej. Matemáticas
4. Recreo de 20 minutos
5. Realizar segunda actividad escolar. Lenguaje, Historia, inglés, música (dos de tres)
6. Almuerzo y descanso

La tarde depende de las posibilidades y la edad. Debería incluir:

- a. Actividad Física:
Juego libre con actividad física si tiene patio o secuencias de ejercicios a realizar en familia en un espacio reducido.
- b. Actividad musical al menos una vez a la semana.
- c. Leer o que le lean 20 minutos diarios.
- d. Ver algo de Tele.

e. Al final del día volver a colaborar con su hogar. Poner la mesa, despejar la mesa, lavar los platos, alimentar el perro, regar, etc.

2º Usar los Whats App de apoderados para ayudarse unos a otros en este proceso.

3º CUIDARSE

4º Recomendaciones para apoyar emocionalmente a los niños y niñas

- Traten de mantener la calma. Los niños captan nuestra angustia. Mientras más tranquilos estemos con más calma responderemos a sus necesidades y ellos se sentirán más seguros.
- No hagan como si nada estuviera pasando ni eviten hablar de eso. Los niños son inteligentes, saben que algo no anda bien y pueden preocuparse si creen que tenemos miedo de hablar sobre lo que ocurre.
- Digan la verdad. Aclaren sus dudas. Explíquenles la situación en forma sencilla, a su nivel, sin detalles innecesarios que puedan angustiarlos más.
- Mantengan una rutina y normas lo más normales posible. Mantener las rutinas comidas, baño, juegos, dormir, es muy importante. La rutina pone orden, les da seguridad, es 'terreno conocido', los tranquiliza.
- Eviten que vean los noticieros o "matinales", para que no estén expuestos a exceso de información que no podrá ser procesada por sí solos, pudiendo aumentar el temor o angustia.

Por nuestra parte esperamos llegar a un ritmo de unas dos clases diarias y nos estamos preparando para esto.

Esperamos que estas sugerencias les sirvan a ustedes y a nosotros como profesores/as, padres, madres y abuelos y abuelas.

Un saludo cariñoso:

Coordinación Académica
LAHF