

Una Guía para el Aprendizaje En Casa

La pandemia del coronavirus (COVID-19) ha cambiado la manera en que trabajamos, aprendemos y nos conectamos. Este evento mundial presenta desafíos únicos para todas las familias y educadores a medida que nos ajustamos a las nuevas normas y llegamos a comprender lo que esto significa para los estudiantes en los grados primarios y secundarios. El Departamento de Educación de Oregón (ODE, por sus siglas en inglés) está comprometido a apoyar a las familias y a los cuidadores durante estos tiempos difíciles de distanciamiento social y cierre de escuelas. Si bien los distritos escolares en Oregón variarán en la forma en que proporcionan el trabajo asignado y los [recursos](#) para el aprendizaje en casa, los cuidadores pueden apoyar a sus hijos de varias maneras. Si bien es importante reconocer que el aprendizaje en casa implica cambiar algunas rutinas familiares, este documento tiene la intención de proporcionar algunas recomendaciones para ayudar con esta transición.

Recuerde estos puntos clave:

- **El [bienestar](#) físico y emocional de los estudiantes, la familia y la comunidad es lo primero.** El aprendizaje solo ocurre cuando los niños y los jóvenes se sienten felices y seguros. Sea paciente consigo mismo y con su familia: esto es nuevo para todos. Bríndeles tranquilidad y amor a sus hijos. Mientras las escuelas están cerradas y el ciclo de noticias está dominado por información sobre COVID-19, los niños estarán asustados y confundidos. Cuide las necesidades [emocionales y de salud de su hijo/a](#) durante este tiempo. Si alguno de sus familiares está enfermo, esa es la prioridad número uno, no el aprendizaje en casa.
- **Comunicarse abiertamente y de forma honesta sobre COVID-19.** Reconozca y platique sobre los cambios y desafíos que pueden haber ocurrido en su familia y sus rutinas. Los cuidadores deben mantener una actitud positiva y asegurar a los niños que los funcionarios de salud y escolares están trabajando arduamente para garantizar que todos se mantengan seguros y saludables. Sin embargo, los niños también necesitan información objetiva y apropiada para la edad sobre el riesgo de enfermedad e instrucciones concretas sobre cómo prevenir la propagación de la enfermedad. Para obtener más información, consulte la [Guía de CDC para hablar con los niños](#).
- **No descuidar sus propias necesidades.** Asegúrese de atender sus necesidades de salud física y mental, incluyendo el mantener una dieta saludable, mantenerse físicamente activo y conectarse con otros sobre sus sentimientos. Póngase en contacto con grupos y recursos comunitarios disponibles. Lea sobre formas de apoyar a su familia con su estrés y trauma [aquí](#).
- **No es necesario recrear la escuela.** Tratar de crear un aprendizaje escolar en casa puede frustrar a los maestros, estudiantes y familias. Continúe haciendo lo que ya hace: ser un compañero de aprendizaje para su hijo/a. ¡No necesita ser un experto en ninguna materia o estrategia de aprendizaje! Involúcrese con su hijo para compartir y conectar el aprendizaje con sus vidas, intereses, idioma del hogar e identidades culturales: estos momentos son igual de importantes. No se espera que los padres se conviertan en maestros, aunque probablemente será necesario que sirvan como facilitadores del aprendizaje, particularmente con los estudiantes más pequeños.
- **Usar la tecnología intencionalmente.** Es importante para amigos, familiares, maestros, personal escolar y otros miembros de la comunidad mantenerse en contacto virtual entre sí, pero considere la variedad, incluido el ejercicio, la lectura y el aprendizaje de habilidades para la vida [lejos de las pantallas](#). Para obtener una lista de recursos digitales, visite [Oregon Open Learning on OER Commons](#).
- **Conéctese con su comunidad y su escuela.** Cada escuela y distrito tendrá una capacidad diferente para apoyar el aprendizaje en casa y proporcionar el trabajo asignado. Sin embargo, los cuidadores y la familia siempre deben buscar [apoyo](#), [recursos](#), y [orientación](#) de los grupos comunitarios y su distrito escolar. No está solo en esto.

Algunas recomendaciones:

- **De inicio a una conversación simple.** Apoye el pensamiento de su hijo/a con preguntas. Las preguntas abiertas estimularán más la conversación que las preguntas que se pueden responder con un sí o no. Siempre que sea posible, absténgase de juzgar el pensamiento de su hijo/a pidiéndole que aclare o justifique. Y recuerde, incluso el aburrimiento tiene valor, puede dar inicio a la creatividad y la resolución de problemas.
 - Leer un artículo o ver juntos un [documental](#) y hacer preguntas como “¿Qué notaste?” “¿Qué te cuestionas?”
 - Usar [libros](#), [imágenes](#), o [recursos en línea](#) para iniciar conversaciones más profundas.
 - Pregunte y comparta sentimientos con los miembros de la familia sobre los cambios recientes en la rutina.
- **Mantener algo de rutina.** Considere mantener [una rutina](#) porque la [consistencia de una horario](#) reduce la ansiedad y el estrés. Hable con sus hijos sobre el aprendizaje y objetivos, y recuerde tomar descansos regulares. ¿Cuál es un horario realista de compromiso para el aprendizaje en casa en su familia?
 - Despertar, vestirse y desayunar al mismo tiempo todos los días.
 - Identificar una hora y lugar para el trabajo escolar asignado.
 - Ser creativo para satisfacer las [necesidades de actividad física](#) de todos los miembros de la familia.
- **Enfocarse en el aprendizaje de la vida diaria.** Muchas actividades que ya realiza en el hogar apoyan el [aprendizaje significativo](#), incluyendo el trabajo remunerado y no remunerado. Trate de usar una actividad típica, como preparar comida o limpiar, para fomentar un nuevo aprendizaje o para desarrollar una nueva habilidad. Del mismo modo, puede haber maneras de involucrar a su hijo/a como parte de su propio trabajo remunerado.
 - Comparta su proceso de trabajo pensando en voz alta.
 - Involucre a su hijo/a en una pequeña parte de una actividad diaria más grande (por ejemplo: lavar la ropa, cocinar, limpiar).
 - Ayude a su hijo/a a planificar el día o una comida o una caminata en familia.
 - Pídale a su hijo/a que cree un video o un manual práctico escrito para compartir lo que aprendió.
- **Construya a partir de los intereses y las elecciones de sus hijos.** Sabemos que los niños están más comprometidos cuando tienen la opción de decidir qué aprenden y cuando el [contenido es relevante para sus vidas](#). Usted conoce a su hijo/a, pregunte sobre intereses a los que o siempre se dedican en la escuela. ¿Hay proyectos, ideas o colaboraciones que puedan conectar sus intereses con el aprendizaje?
 - [Crear un proyecto de arte con materiales reciclados](#), utilizando los intereses de su hijo/a como tema.
 - Vuelva a imaginar sus espacios en interiores y exteriores como un aventurero para despertar la imaginación.
 - Mantenga un diario individual o familiar para escribir las ideas, eventos, sentimientos.
 - [Invente un juego](#) para jugar con su familia y sus amigos en línea.
- **Ayude a los niños a encontrar un propósito en su aprendizaje.** A medida que las conexiones previamente sostenidas a través de las interacciones diarias en persona se debilitan, es más importante que nunca para los jóvenes fortalecer los lazos comunitarios y construir nuevos lazos comunitarios. Hacerlo ayudará a los niños a sentir solidaridad con los demás y a fomentar la esperanza y la voluntad.
 - Trabaje con su hijo/a para escribir tarjetas para los trabajadores de la salud y otros al frente de batalla.

- Pídale a su hijo/a que enseñe a sus hermanos menores u otros estudiantes que estén haciendo la transición al aprendizaje en línea.
- Ayude a su hijo/a para hablar con sus amigos durante con llamadas por medio de FaceTime/Houseparty/Zoom.
- Cree ideas para difundir la amabilidad, ya sea tocando música para su vecino desde el balcón o viendo cómo están los vecinos mayor edad.