

ESTUDIAR DESDE CASA

CLASES ONLINE

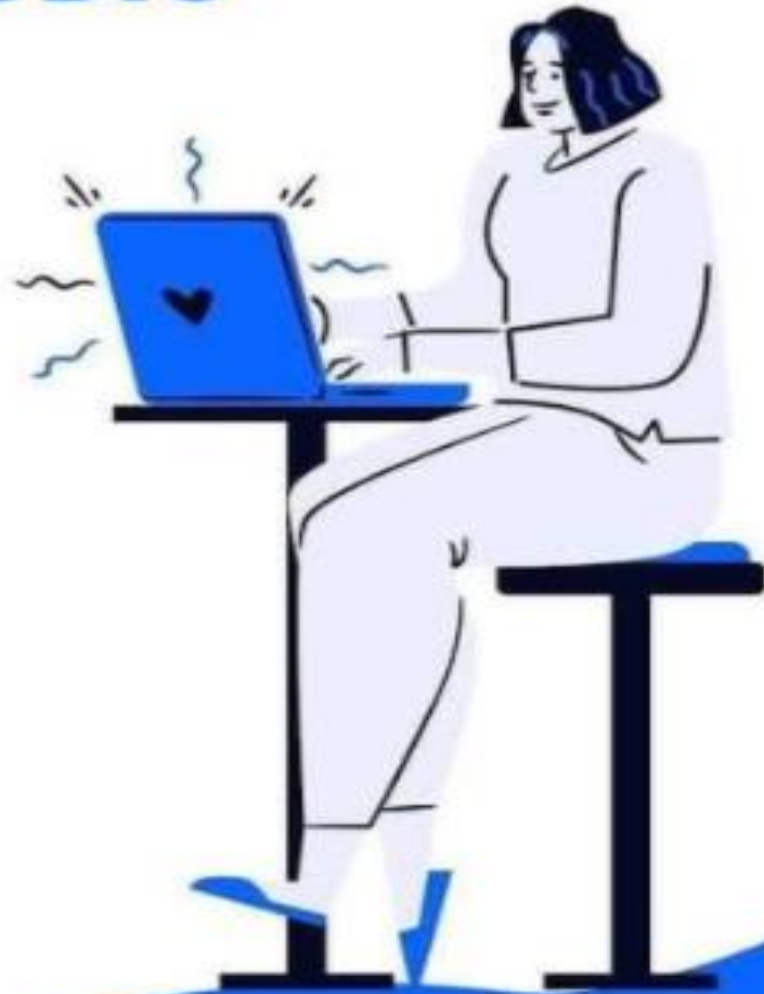


1. HABILITA UN ESPACIO EXCLUSIVO PARA EL ESTUDIO

Muchas veces nuestros hijos e hijas utilizan sus notebook y tablets desde su pieza, incluso su cama, esto genera un desarrollo subóptimo de su concentración y potencial de aprendizaje.

Habilita una zona en casa donde tenga menos distracciones y con buena iluminación.

Evite interrupciones mientras esté en la zona de trabajando así habrá una mejor asociación e integración del lugar con el estudio.



2. MANTENER RUTINAS EN LA MAÑANA

El tener rutinas con un horario fijo ayuda a organizar y crear hábitos mientras los niños estén en casa, se deben mantener aunque no tengan clases, podrías reemplazarla por otra actividad como ejercicio.

Recuerda ser el ejemplo respecto a la rutina e incluye en el horario momentos familiares que puedan compartir sin dispositivos electrónicos.



3. DISTRACCIONES

Al trabajar con objetos conectados a internet existe una mayor tendencia a la distracción con redes sociales, videos o chats, se debe evitar su uso en la zona de trabajo y durante el horario de estudio. El celular se puede dejar en la pieza por ejemplo, para evitar su distracción.



4. DESCANSOS.

El trabajar y estudiar desde casa puede afectar la proporción de horas de estudio y tiempo libre, se debe crear horarios fijos que incluyan descansos y tiempo libre que nuestros hijos/as pueden administrar.



5. SOCIABILIZACIÓN

En estos tiempos donde el distanciamiento social es primordial, se pueden buscar alternativas para incluir y motivar al estudio, por ejemplo grupos de estudio con amigos, comentar después de una clase los temas más relevantes, esto los ayuda a incorporar otros puntos de vistas, fortalecer vinculos y motivar el estudio de forma entretenida.



Convivencia



Escolar

**COMPLEJO EDUCACIONAL
UN AMANECER EN LA ARAUCANÍA**