

BACK TO SCHOOL VIRTUAL

Una guía definitiva para ayudar a los jóvenes



El regreso a clase es inminente, pero este año tiene una característica especial ¡Nos volvemos digitales! Este confinamiento es un desafío muy importante en la vida de cada uno de los jóvenes es por ello que el apoyo de los padres es imprescindible.

Al estar en contacto con ellos podremos evaluar con mayor facilidad sus zonas de oportunidad y amenazas. Es por ello que te presentamos esta guía rápida sobre como regresar a clases virtuales.



ESTABLECE TIEMPOS DE SCREEN OFF
ESTO LOS AYUDARÁ A RELAJARSE Y ESCLARECER SU MENTE

Antes de emprender la nueva jornada estudiantil, que está llena de tantos cambios, es importante considerar lo siguiente.

- No dejar todo a última hora. Es mejor organizarnos por medio de agendas.
- Actualízate con la escuela, solo tomara unos minutos
- Ver los materiales que se necesitan. (computadora, Tablet o Smartphone)
- Hablar con los jóvenes sobre la nueva transición.



- Si solo cuentan con un dispositivo electrónico (ya sea para varios estudiantes o trabajadores) realicen un horario definido para turnarse el dispositivo.

- Crea una zona de estudio, es donde se encontrará el material que el alumno necesita. Es importante mantenerla limpia.

EDUCA A TRAVÉS DE LA PACIENCIA

No seas tan duro con tus hijos, recuerda que este es un cambio totalmente radical para todos, por lo que no esperes que aprendan al mismo ritmo que en la escuela presencial. Si notas que el rendimiento escolar es más bajo de lo habitual puedes comunicarte con alguno de los maestros, ellos estarán en línea y disponibles para ayudar.

Recurrir al departamento de psicopedagogía también es una muy buena opción para cuando veas a tus hijos estresados o con un ánimo diferente al normal.



ES COMÚN QUE AHORA QUE LAS CLASES SE VUELVEN VIRTUALES, LOS ALUMNOS PRESENTEN PROBLEMAS EN PRESTAR ATENCIÓN.

Esto es debido a que se encuentran en un entorno que está diseñado para descansar, por lo que su mente asocia la casa con relajarse.

Es por ello que debemos cumplir este check list para que sea más fácil enfocarse únicamente en su estudio:

- Debe tener todo a la mano. Libretas, cargador, plumas, reglas. Todo aquello que vaya a necesitar dejémoslo en el escritorio que usaran así evitaremos que salgan de la habitación para buscar algún objeto.

- Evita el hambre. Para ello tenemos que establecer una rutina cotidiana, donde despierte y tome suficiente desayuno para evitar el hambre. De igual manera puedes dejarles una botella/termo o vaso de agua.

- Simula un entorno estudiantil. No dejes al alcance televisor, juguetes electrónicos, mascotas o cualquier posible distractor.



**SIGUE CRECIENDO COMO PADRE.
ASÍ TU HIJO CONTARÁ CON TU
APOYO.**

EL APOYO DE LOS PADRES ES LA CLAVE EN EL ÉXITO ESCOLAR

- Limita el tiempo de las tareas. Para evitar que pase demasiado tiempo enfrente de una pantalla hay que limitar el tiempo en que realizan las tareas, esto ayudará a que se enfoque únicamente en lo académico.

La motivación debe estar presente en el día a día. Mostrar interés y aliento es algo tan fácil como preguntar por su día, animarlo a leer algo de su agrado, ayudarlo en sus tareas y actividades.

Muchas de las clases requerirán proyectos en los que el estudiante tenga que salir a cámara. Es importante que los apoyes grabando o con el material didacta que les encarguen en la escuela. Sobre todo debemos calmarnos y relajarnos. Hay que pensar que es una situación pasajera pero sin tiempo definido. Mantenernos unidos es lo que hará que logremos pasar la situación de manera más amena y agradable.



**DETRÁS DE CADA
JOVEN EXITOSO
HAY UN PADRE QUE
CREYÓ EN ÉL**