

MINISTERIO
DE CULTURA
Y EDUCACIÓN

TODOS
UNIDOS



GOBIERNO
DE FORMOSA

MIRANDO-NOS FAMILIA

en pandemia y el por – venir

2020 - 2021

Modalidad de Educación Especial





**GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE FORMOSA
MINISTERIO DE CULTURA Y EDUCACION
MODALIDAD DE EDUCACION ESPECIAL
2020**



MIRANDO-NOS FAMILIA

en pandemia y el por – venir



Poniendo-nos A PRUEBA

La pandemia del Coronavirus nos puso a prueba como sociedad, como sistema educativo y como **familias** en casi todos los aspectos de la vida. Vivir en una cuarentena nunca imaginada, además de la incertidumbre y angustias que provoca, generó nuevas esperanzas y desafíos de otros aprendizajes que nos aunó como comunidades y como mejores personas más solidarias, más humanas.

Para las familias, esta situación exigió enormes esfuerzos de adaptación cotidiana, implicó:

-  **CAMBIAR** las dinámicas y funcionamientos habituales.
-  **RECONOCER Y APRENDER** nuevas emociones y sentimientos.
-  **INFORMARSE Y FORMAR** sobre la situación que atravesó y atraviesa la sociedad.
-  **CREAR** nuevas rutinas, organizar los tiempos, las tareas y los lugares de la casa para todas las actividades de los integrantes: el estudio, el trabajo, la recreación, los eventos, festejos y mucho más.

...SUGERENCIAS PARA LAS **fAMILIAS**

En estos tiempos de aislamiento y distanciamiento, han abundado las recomendaciones, las orientaciones para organizar y adaptarse. Pero, aun así, cada familia es única, particular y tiene su propio tiempo para sobrellevar y continuar sus rutinas, poner en marcha sus recursos y capacidad de cooperación, su verdadero espíritu, sus redes de apoyos, su humor en tiempos de crisis para afrontar la situación e incertidumbre.

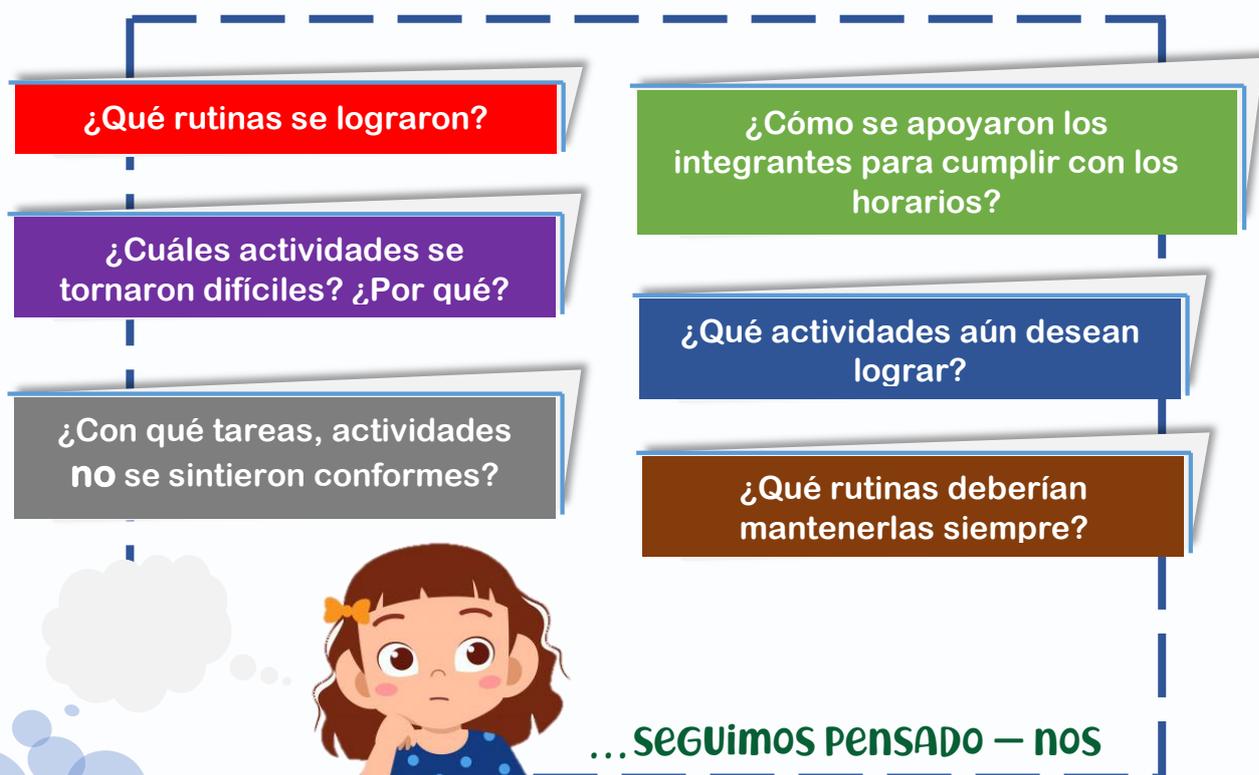
Las sugerencias que se proponen tratan de ayudar a visualizar y revisar los procesos vividos en familia y valorar los aprendizajes logrados, la creación de nuevas rutinas, actividades, dinámicas que permanezcan más allá de la pandemia, y a la vez tomar conciencia de lo que aún falta construir para alcanzar una mejor calidad de vida.



RUTINAS DIARIAS en CASA...

Desde el inicio del aislamiento hubo que **reorganizar la vida diaria** : acordar los horarios para levantarse, para las comidas, la higiene personal y del hogar, recreación, tareas escolares, las salidas necesarias.

 Es una tarea difícil para cualquier familia y hoy le proponemos **re-mirarlas**:



...ALGUNAS POSIBILIDADES PARA AVANZAR Y crecer

- ✓ Proponer **metas** pequeñas.
- ✓ Resaltar **lo mejor** de cada integrante.
- ✓ Valorar **los logros**, aun cuando parezcan mínimos.
- ✓ Saber que les corresponde hacer a cada integrante.
- ✓ Apoyarse entre todos.
- ✓ Entender que ocuparse de sus propias tareas alivia el trabajo del grupo.

ORGANIZANDO - NOS...



Con un **horario** que ayude a:

- ✓ Hacer más cosas.
- ✓ Recordar las tareas.
- ✓ Reducir el estrés (evita que te agobies).
- ✓ Sentir con más control sobre tu vida.
- ✓ Evitar pérdidas de tiempo.
- ✓ Aliviar los esfuerzos al compartir actividades.



Construir **normas de convivencia**

En familia y con la **participación de todos** establecer acuerdos.

EN ESTA CASA...
SOMOS REALES

.....COMETEMOS ERRORES.....

DECIMOS LO SIENTO

*damos segundas
oportunidades*

NOS DIVERTIMOS

DAMOS ABRAZOS

PEDIMOS PERDÓN

hacemos ruido

SOMOS PACIENTES **y**

AGRADECIDOS

Y, SOBRE TODO...

NOS QUEREMOS

un montón

HORARIO	
cuarentena	
9:00	¡Nos levantamos! ☀️
10:00 - 11:00	Trabajo COLE 📖
11:00	Merienda (fruta) 🍓
12:00	LIMPIEZA 🧼
13:00	Comida 🍲
14:00	Siesta 🛌
15:00	Ocio (manualidad) 🎨
16:00	ACTIVIDAD FÍSICA 🏋️
17:00	Merienda 🍌
18:00	Juego libre 🎲
19:00	Recoger / cocinar 🍲
20:00	Baño 🚿
21:00	CENA / SUEÑO 🌙



Crear recetas personalizadas

Otra opción divertida es la de crear una receta personalizada, pensando en los ingredientes y las cantidades necesarias.



Organizar una lista de tarea para favorecer el **compromiso** y las **responsabilidades**. Piensen qué actividades harán los niños y los adultos.

JUGUETES ¿Quién lo hará? →	Guardarlos en su lugar	Ordenar sus juguetes	Ordenar sus habitaciones	Diseñar su zona de juego
NATURALEZA ¿Quién lo hará? →	Regar las plantas	Alimentar a las mascotas	Sacar la basura al cesto	Barrer el patio
ROPA Y ORDEN ¿Quién lo hará? →	Apartar la ropa sucia	Vestirse sin ayuda	Arreglar la cama	Ordenar la cama
COMIDA ¿Quién lo hará? →	Comer sin ayuda	Ayudar a poner la mesa	Cocinar con ayuda	Lavar los platos
HOGAR ¿Quién lo hará? →	Cambiar bolsas de los cestos	Bañarse sin ayuda	Limpiar los muebles	Limpiar el piso

¿Por qué organizarnos en el hogar?

Organizar-nos en el hogar ayuda a **nuevos aprendizajes**: aliviar los esfuerzos, lograr que todos participen en las responsabilidades, ganar tiempo para disfrutar de otras actividades libres, compartir en familia y otros tantos beneficios.

Una **agenda semanal** puede facilitar la organización de las actividades de la casa y decidir en familia quienes serán responsables. Se convierte en una **valiosa oportunidad de aprender**:

1 Distintos niveles de participación según las edades

Estar informados de las tareas para conocerlas y valorarlas puede ser **un primer nivel**, y todos/as los integrantes debieran acceder a ellas:

Los horarios de las comidas

El cuidado del agua y de la energía.

La seguridad de la casa

Las horas de descanso

Y OTRAS MÁS...

Preguntar la opinión y debatir es **un nivel de mayor participación**, pues hay que comprender mejor la situación, el tema, pensar y expresarse. En este caso, las tareas y las edades de cada integrante son importantes: los programas de TV y horarios; las tareas del hogar; etc.

El ingreso a la casa de los amigos

Los programas de TV y horarios

El orden y las pertenencias personales

Las visitas

Las tareas del hogar

Y OTRAS MÁS...

Por último, el **poder decidir** como el **máximo nivel de participación**, pues todos los integrantes deciden y asumen responsabilidades:

Hacer las compras

Los horarios de las tareas y de diversión

Cocinar

Los tiempos de uso de las tecnologías compartidas

Y OTRAS MÁS...

Cada familia puede construir momentos de participación y, según las edades, informar-se; opinar; y decidir sobre las actividades y la vida.

2 QUE LAS DISTINTAS ACTIVIDADES DEL HOGAR NO TIENEN **Género**

Cocinar y/o lavar los platos, limpiar la casa, lavar la ropa y/o planchar, cortar el pasto, limpiar los desagües, y tantas otras actividades son **habilidades y destrezas que cualquier persona debería desarrollar.**



No hay tareas exclusivas de mujeres y varones.

Que los niños y las niñas lo observen desde temprana edad ayudará a **un desarrollo y a una convivencia más saludable y armónica.**

Mirando-nos en familia como organizamos las actividades según el género será una ayuda importante para distribuir mejor las tareas, aliviar y aprender nuevas habilidades: animemos-nos a aprender lo que siempre y únicamente hizo mamá, o solo papá, el hermano o la hermana. **Un primer paso es empezar a ayudar.**



3 APORTAR AL MEJORAMIENTO DEL AMBIENTE Y CALIDAD DE **VIDA**

Ser responsables de la basura y desechos que producimos diariamente. Aprender a ordenar lo que tenemos y lo que desechamos tiene el mismo valor.



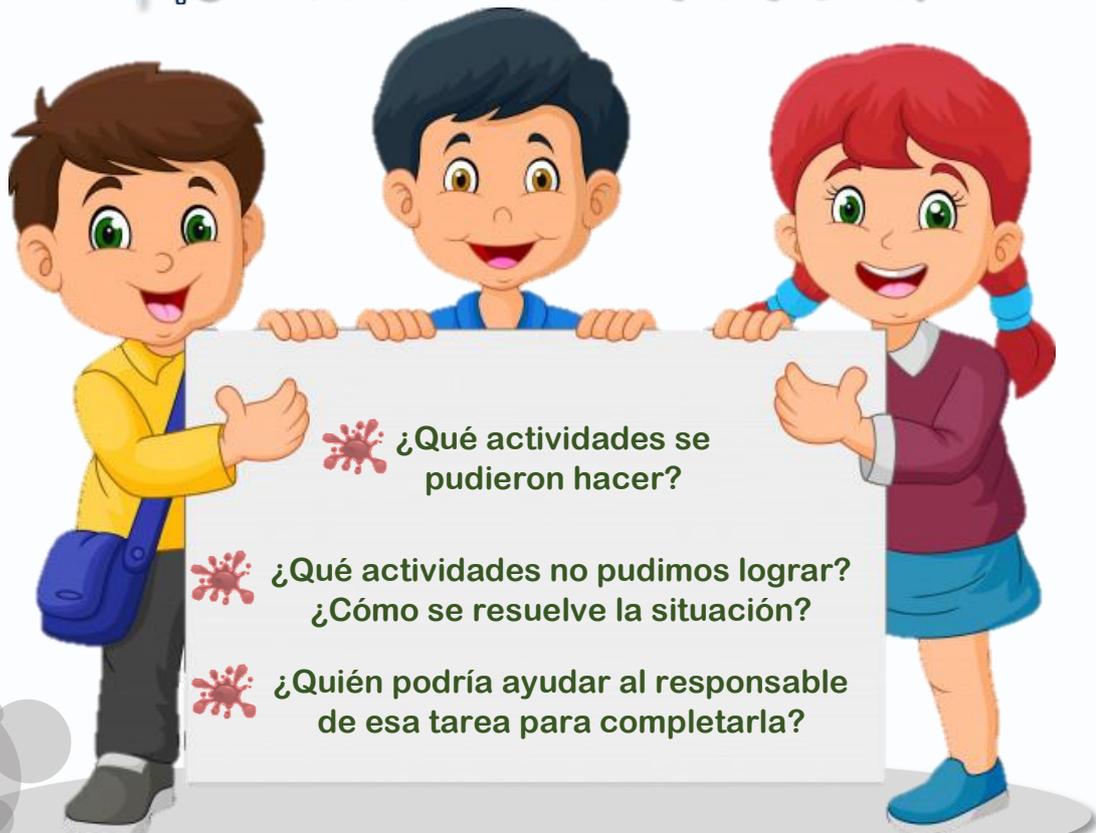
En familia podemos enseñar como ordenar nuestros desechos, buscar/construir los contenedores, informarnos sobre los tipos de desechos que producimos, construir carteles y señalarlos, y empezar a mejorar el ambiente.

Agenda de tareas familiares

Días	Tareas	Responsables	Listo
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
SÁBADO			
Domingo			



¡Conversamos entre todos!



CREAMOS NUEVAS RUTINAS

Con el pasar de los días, tal vez aparecieron nuevos modos de uso de un horario diario, otras actividades por hacer durante el día y la semana, diferentes maneras de vincularnos y organizarnos entre los miembros de la familia y, por supuesto, emociones diversas que acompañan cada vivencia:

¿Fue posible anticipar lo que iba suceder durante el día, las semanas? ¿De qué manera? por ejemplo:
 ... determinando las cosas más importantes para hacer?
 ... estableciendo un orden?

¿Quiénes deciden? ¿Se otorgan posibilidades de elegir una actividad? ¿Se ofrecen opciones?

¿Qué comportamientos, emociones aparecieron de manera más frecuente? ¿Cómo se sienten con la nueva rutina?

¿Hay aprendizajes?
 ¿Cuáles?

¿Cuántas veces han cumplido el nuevo hábito?
 ¿Lo hacen ya con menos esfuerzo o aún les cuesta?



ALGUNAS IDEAS QUE SUGIEREN

Comenzar por saber qué tareas le gustan hacer ¿Qué actividades prefiere hacer cada uno?

¿Qué tareas del hogar les parece complicada?

Empezar de a poco

Priorizar

Hacerlo de manera progresiva

Avanzar a medida que se consoliden algunos hábitos

Secuenciar los pasos



¿Qué nuevos hábitos o rutinas aparecieron en este tiempo?

¿Cuáles otros hábitos les gustaría incorporar?

EMPEZAMOS A MIRAR-NOS CON LA SIGUIENTE LISTA

HÁBITOS	ANTES DE LA PANDEMIA	DESPUÉS DE LA PANDEMIA
	<input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces

	<p>Uso de repelentes</p>	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<p>Fumigación y control de plagas</p>	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
	<p>Desmalezamiento, podas y descacharrizado</p>	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces
<p>Dibuja o escribe el objeto que más uses</p> <div data-bbox="129 1003 432 1256" style="border: 1px solid black; height: 113px; width: 190px;"></div>	<p>Desinfectar y sanitizar elementos de uso cotidiano y común: control remoto/ teléfonos/ picaportes / manijas varias/ mesadas/</p>	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Pocas veces <input type="checkbox"/> Muchas veces

NOS CUIDAMOS TODOS

Cuidarnos cada uno es cuidar a todos, por eso los adultos debemos esforzarnos en cumplir con los acuerdos, con las **medidas de prevención**, dar el ejemplo, pues somos quienes creamos una cultura del cuidado en casa.

¿Se nota en nuestra casa ese **cuidado**? ¿Hemos cambiado hábitos? ¿Necesitamos esforzarnos más? ¿Cuáles hábitos aun no todos logramos?



Estamos en tiempo de reforzar cuidados, podemos valernos de ayudas como pequeñas metas diarias.

Los/as invitamos a mirarse en las siguientes rutinas y otras que pudieran agregar

Señala con qué frecuencia realizas estas rutinas de cuidado y prevención:



Al toser y estornudar, cubrite la boca y la nariz con el codo flexionado.



Evita tocarte la cara con las manos



Si haces mate o terere tómalo solo/a



Lavarse las manos con agua y jabón.



Limpiar los espacios de contacto con agua y lavandina.



Saludar con el codo, evitando el abrazo, el apretón de mano y el beso en los rostros



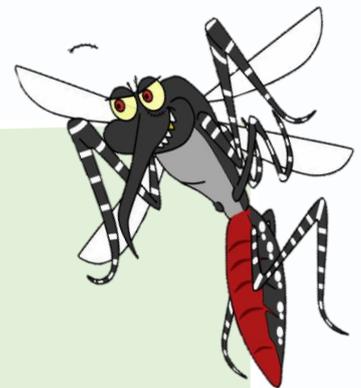
En la siguiente escena encontrarás varios elementos que favorecen el desarrollo de las larvas del mosquito **AEDES AEGYPTIS**, transmisor de la enfermedad del **dengue**. Buscamos en la imagen y marcamos pintando los **posibles criaderos**.

 Describir al final el nombre de los posibles criaderos encontrados.



POSIBLES CRIADEROS ENCONTRADOS:

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____
- 4- _____
- 5- _____



Ahora si..

Invitamos a niños/as, adolescentes, adultos/as y adultos/as mayores a recorrer **la propia casa** y vecindad para buscar posibles criaderos para eliminarlos. Todos podemos hacer algo para prevenir los criaderos del mosquito transmisor de **zika, dengue y chikungunya**.



Cualquier objeto que acumule agua es un posible lugar donde se críen mosquitos.



Conoce las simples **acciones** a realizar. Repítanlas semanalmente y cada vez que llueva. Te mostramos como hacerlo:

Dar vuelta y cambiar todos los objetos que acumulan agua en tu casa. Es importante vaciarlos, lavarlos bien y dejarlos secos, siempre dados vuelta o bajo techo.

Cambiar el agua de bebederos de animales. Es importante que los vacíen, los laven y los vuelvan a llenar día de por medio. Evitar tener floreros con agua en tu domicilio.

Cepillar y lavar las cámaras de los desagües. Este es uno de los lugares preferidos del mosquito. Por eso es importante cepillarlos y limpiarlos con frecuencia.

Tapar los tanques de agua. Si tienen en la casa un tanque o cisterna que acumule agua en el exterior, tapenlo completamente. Y si no pueden taparlo, poner un mosquitero.

Tirar todo lo que no usen. En los espacios al aire libre siempre acumulamos cosas que quizás no necesitamos. Esas cosas son ideales para que el mosquito ponga sus huevos.

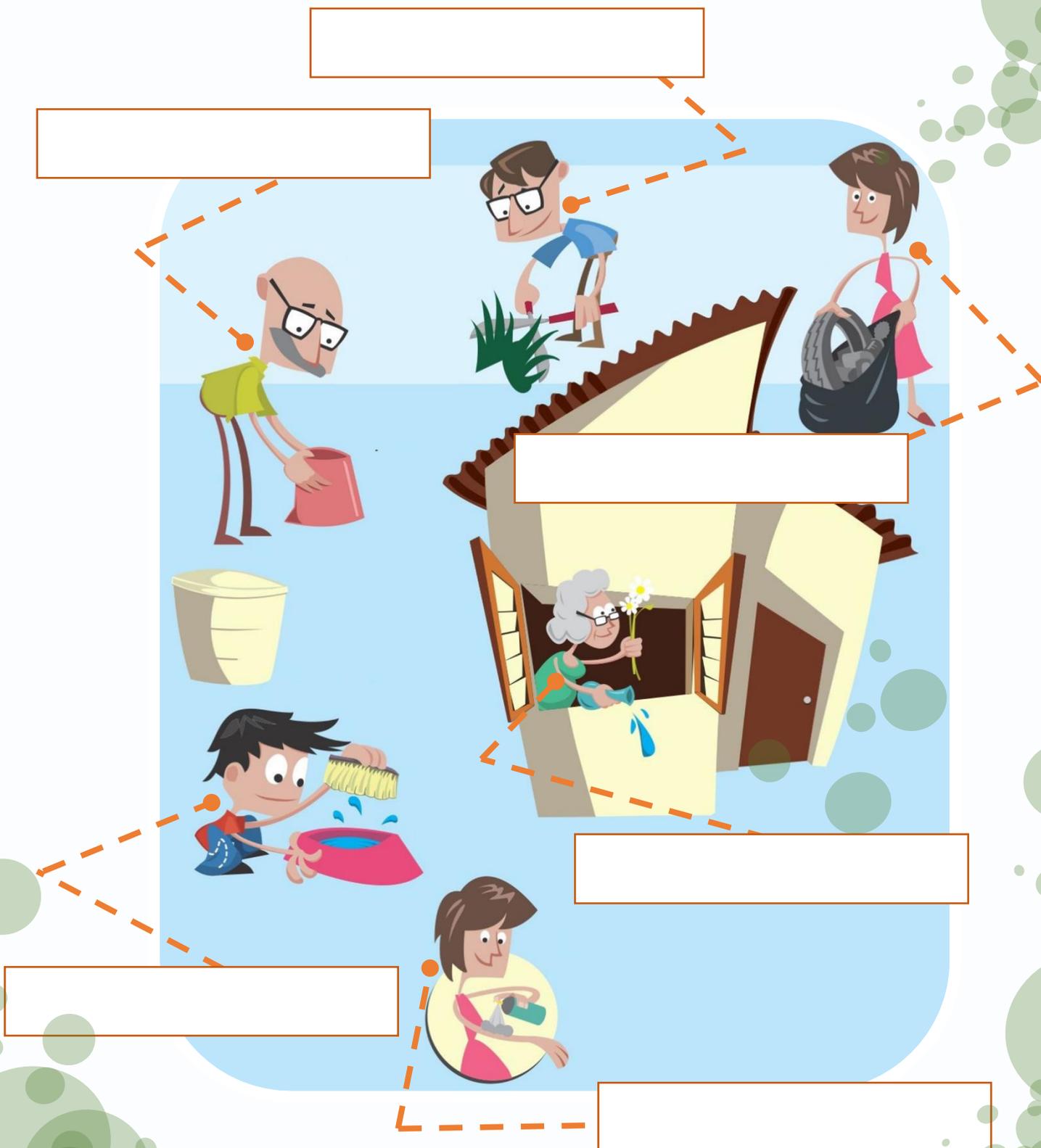
Cortar el pasto. Todos los lugares que conserven agua pueden ser un criadero del mosquito. Por eso, si tienen un lugar al aire libre con pasto, mantenerlo corto, dejar la superficie limpia y revisar que no tengan plantas con agua acumulada en las hojas.

Limpiar las canaletas. Si tienen una canaleta al aire libre, liberarla de hojas y tierra para que circule el agua. Después cepillar los bordes y revisar que tenga bien la inclinación para drenar.

Una familia que se cuida...

¿Qué acciones realizan los integrantes de esta familia para eliminar los criaderos de mosquitos, y prevenir las enfermedades que transmiten?

 Escribe sus acciones en los recuadros en blanco.



Comprender LA SITUACIÓN DE AISLAMIENTO OBLIGATORIO

Explicar la situación de pandemia que estamos atravesando, transmitir la información con un mensaje claro y con calma seguramente se convirtió en un desafío.

- ❄️ ¿Cuál fue la mayor dificultad que afrontaron?
- ❄️ ¿Cuáles fueron las preguntas más frecuentes que aparecieron?
- ❄️ ¿Cómo llevaron a cabo la explicación de lo que sucede? ¿Qué utilizaron?
- ❄️ ¿Cómo se dan cuenta de la comprensión de la situación?

Las experiencias socializadas ayudan. Compartir la propia vivencia puede brindar soluciones a las dificultades de otras familias. ¿Conocen familias que resuelven de otras maneras?

Hacé una lista de las dificultades que se presentaron durante este último tiempo y las soluciones encontradas (o posibles).

Escuchá las siguientes historias acerca del COVID 19



<https://www.youtube.com/watch?v=-43WKTzWL64>



https://www.youtube.com/watch?v=AC9_nWHicUA



https://www.youtube.com/watch?v=X34iZwv_hEM

Recomendaciones

Mantener una rutina cotidiana de contactos con tus afectos a través de los distintos dispositivos: videollamadas, mensajes de textos, audios...

Planificar las reuniones familiares de los días domingos y las salidas recreativas con los niños los fines de semanas.

Continuar con las rutinas de cuidado personal: higiene, ejercicios, indumentarias...

Mantener una alimentación saludable: incorporar frutas, verdura, beber agua...

El entretenimiento es importante. Leer libros, buscar películas y series que puedan ver en familia, algo nuevo por hacer: el arte, las manualidades, ejercicios, juegos...

Contactar con amigos y vecinos. Muchos estarán viviendo situaciones parecidas y podrán compartir entre si sus vivencias y preocupaciones.

TAREAS COTIDIANAS DE LA CASA

Hay mucho por hacer en casa, todo se puede aprender y puede llegar a ser divertido. **Un principio a seguir es tratar de que sean divertidas**, porque el imponer y obligar solo aumenta el **estrés**.

Aprovechar el momento para enseñar y aprender las recetas de comidas que nos gusta.

Limpiar en profundidad las habitaciones, el patio, la cocina, el baño, arreglar algo en casa.

Clasificar y ordenar la ropa.



Elegir aquellas actividades que rápidamente tengan resultados, e inmediatamente el registro y refuerzos para continuar.

Aprovechamos para revisar lo que podemos dar (ropas, calzados, utensilios, útiles, ropas de cama, revistas, etc...) armar una campaña solidaria en casa. Todos colaboramos para poner en condiciones y ordenamos lo que puede servir a otros, fomentamos la solidaridad.



Otra tarea importante es promover el cuidado del ambiente y aprender a reciclar materiales de distintos tipos.

Es momento de empezar a organizar la basura que producimos, comprometernos responsablemente ya desde casa.



SEPARAR RESIDUOS ORGÁNICOS



FLORES

ACEITES COMESTIBLES

PASTOS **PAN** **RAMAS** **YERBA USADA**

RESTOS DE VERDURAS **LACTEOS** **FRUTAS**

HOJARASCAS **RESTOS DE CAFÉ Y TÉ**

CASCARON DE HUEVOS **HUESOS**

Con este tipo de residuos podemos generar un abono lleno de nutrientes para las plantas, llamado **compostaje**. De esta manera no se convierten en basura.

1



Busca un cajón de madera, cubrí la base con ramas y hojas.

Coloca el cajón en un lugar con sombra.

2



Coloca los restos orgánicos: yerba, cascara de frutas, cascaras de huevos, residuos de podas como ramas, hojas y pastos.

3



No permitas que se seque ni se humedezca demás. De este modo, los microorganismos hacen su trabajo de descomposición.

Mezcla cada tanto.

4



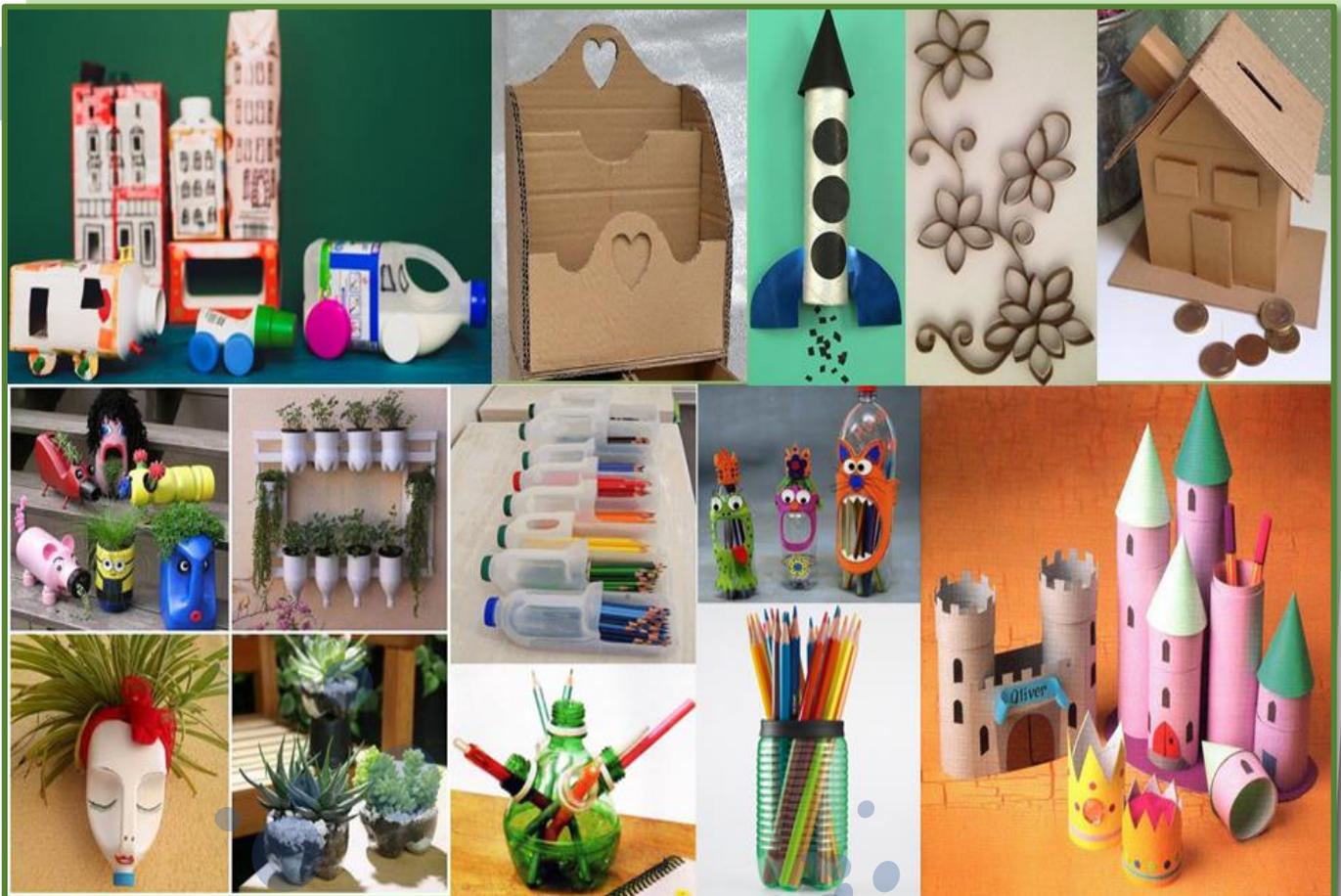
En seis a ocho semanas, observa el color y el olor de la tierra compostaje.

Si es de color oscuro y tiene olor agradable a tierra húmeda, ya está listo para agregarlo a las plantas de tu jardín.

SEPARAR RESIDUOS INORGÁNICOS



Imágenes que nos muestran ideas para **reutilizar** los materiales inorgánicos que tenemos en casa.





EL BINGO DEL RECICLAJE

https://www.institutotomaspascualsanz.com/wp-content/uploads/2015/10/ITPS_DESCARGABLES_2018_Noviembre.pdf

MATERIALES DE JUEGOS

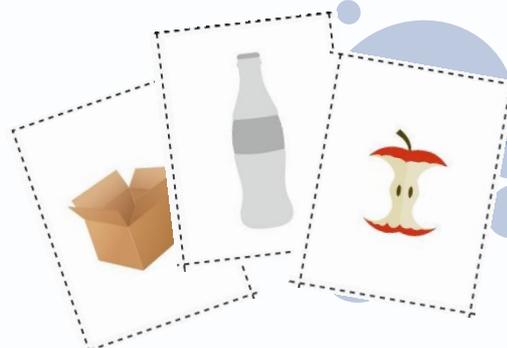
Los cartones y las fichas recortables se encuentran en las páginas siguientes.



Cartones de BINGO.



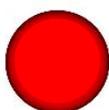
Fichas CONTENEDORES de residuos.



Fichas de RESIDUOS para reciclar.

INSTRUCCIONES

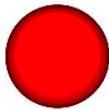
Recuerda, lo primero es recortar los cartones y las fichas. Si es necesario, puedes pegarlos en cartulinas para que tengan más rigidez para la hora de jugar.



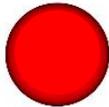
Los jugadores que vayan a jugar recibirán un **cartón** (hasta 4 jugadores).



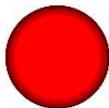
Aparte, se elegirá a una persona para levantar las **tarjetas de bingo**; encargándose de **barajarlas** y enseñarlas una a una a los jugadores.



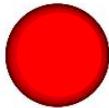
Durante la partida, en caso de tener en el cartón uno de los elementos que aparecen en las tarjetas de bingo, se **tapará con la tarjeta de contenedor de reciclaje** que se crea correcta.



La primera persona que consiga **tapar todos los elementos de una misma fila horizontal** con las **tarjetas de contenedor de reciclaje** correctas, podrá cantar “¡Línea!” en voz alta y apuntarse **5 puntos**.



La primera persona que consiga **tapar todos los elementos de su cartón**, con las **tarjetas de contenedor de reciclaje** correctas, podrá cantar “¡Bingo!” en voz alta apuntándose **10 puntos** y dando por finalizada la partida.

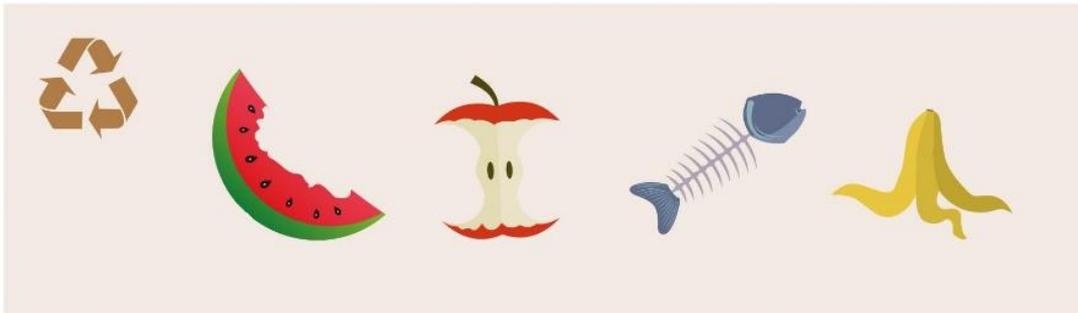
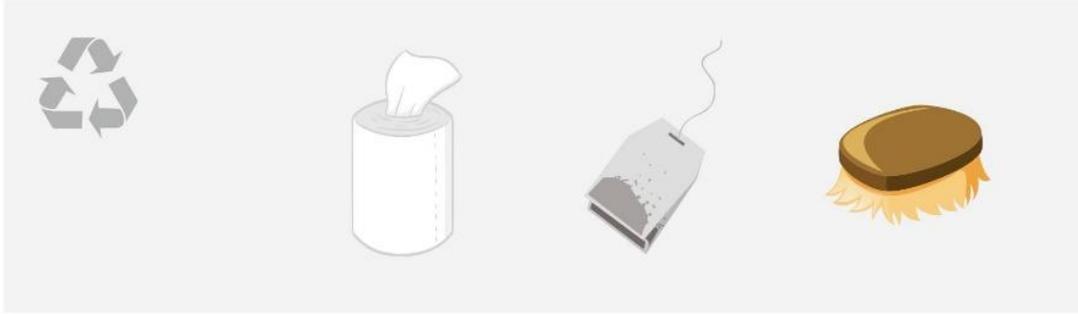


Después de **5 rondas**, aquella persona que haya conseguido más puntos se proclamará **ganadora**.

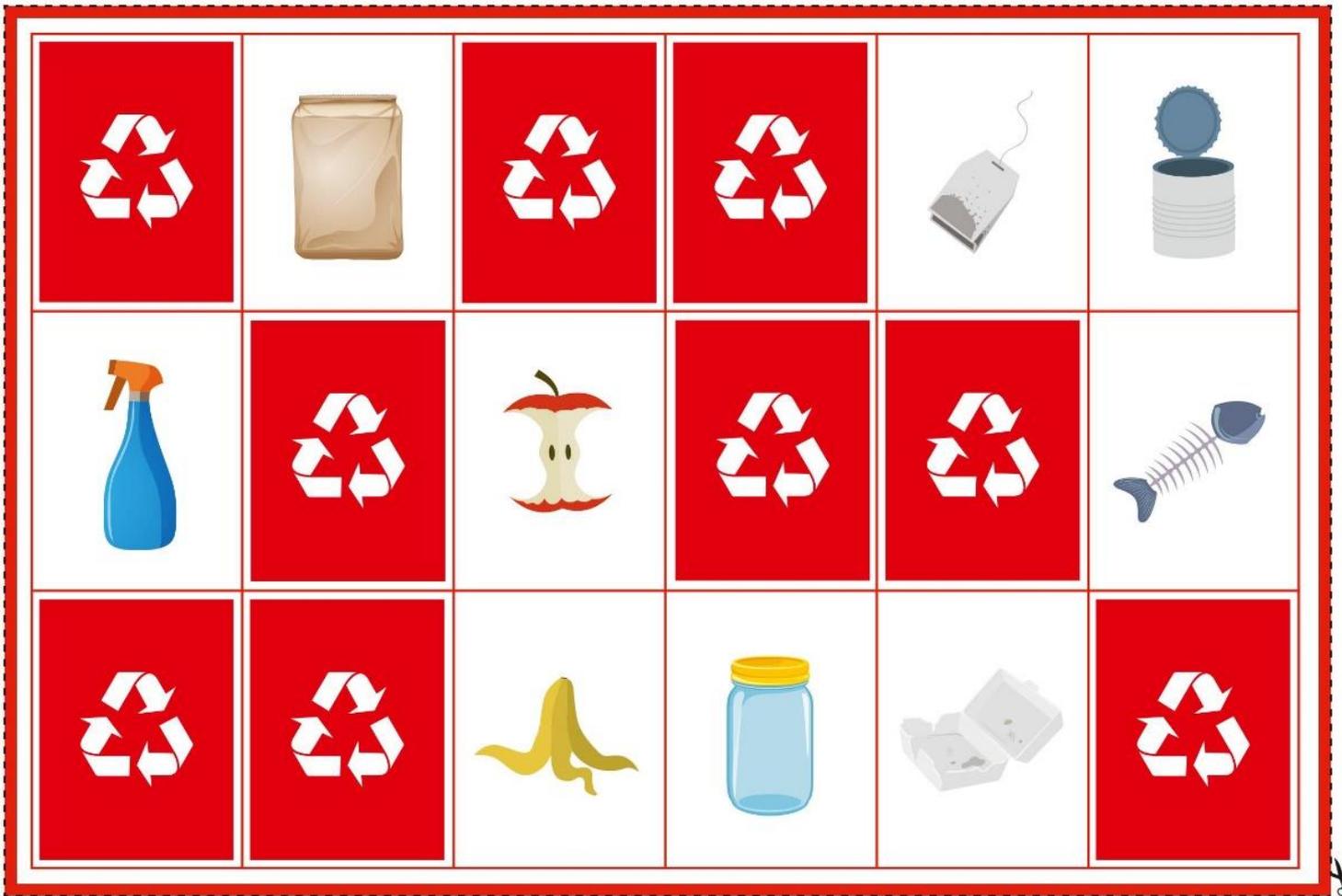


Para que las **líneas** y los **bingos** puntúen se comprobará, con la **tabla de elementos**, que todas las **tarjetas de contenedor de reciclaje** colocadas son correctas.

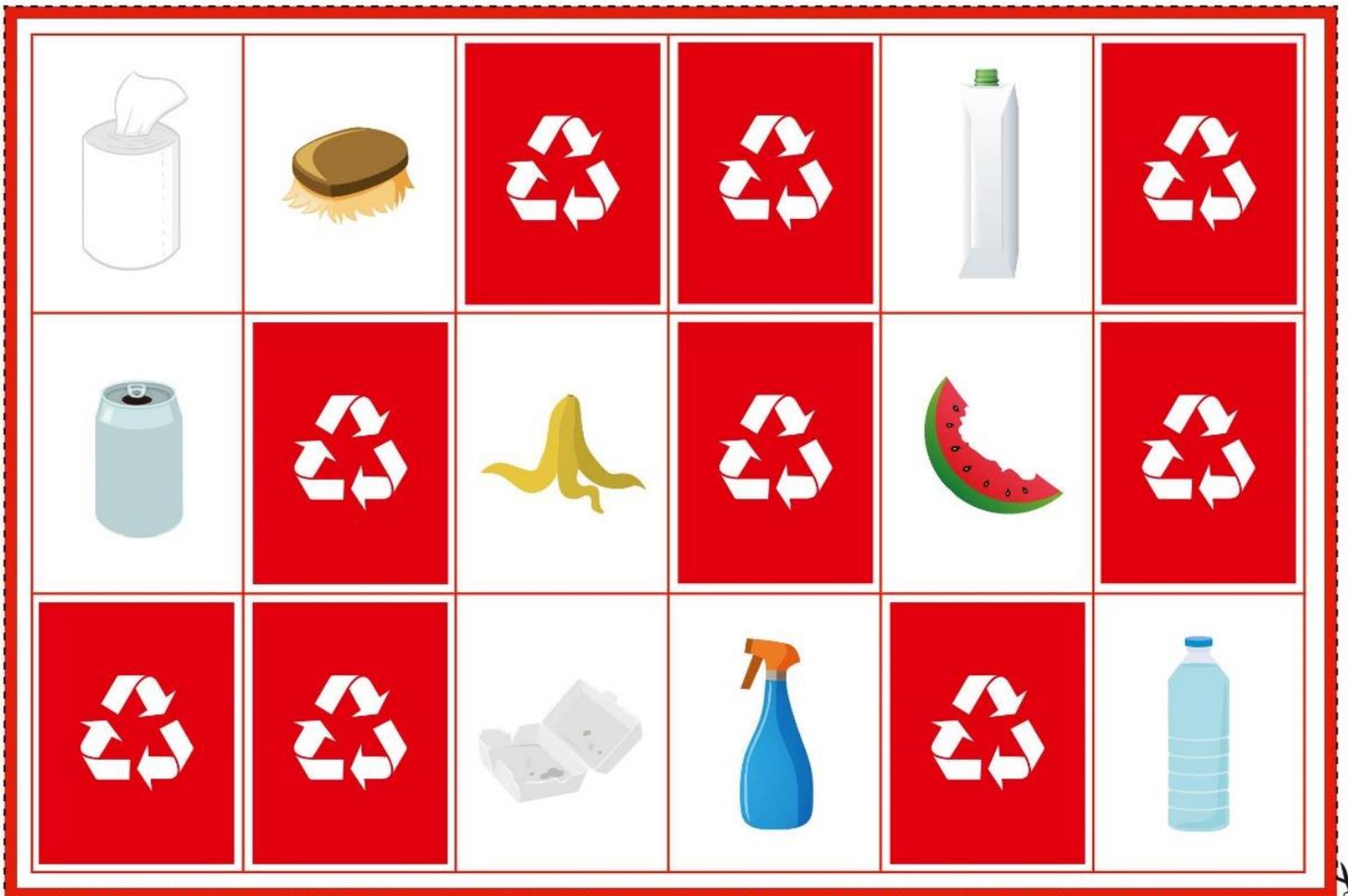
TABLA DE ELEMENTOS



Usa esta referencia para controlar los cartones de BINGO de los jugadores después de cada partida.



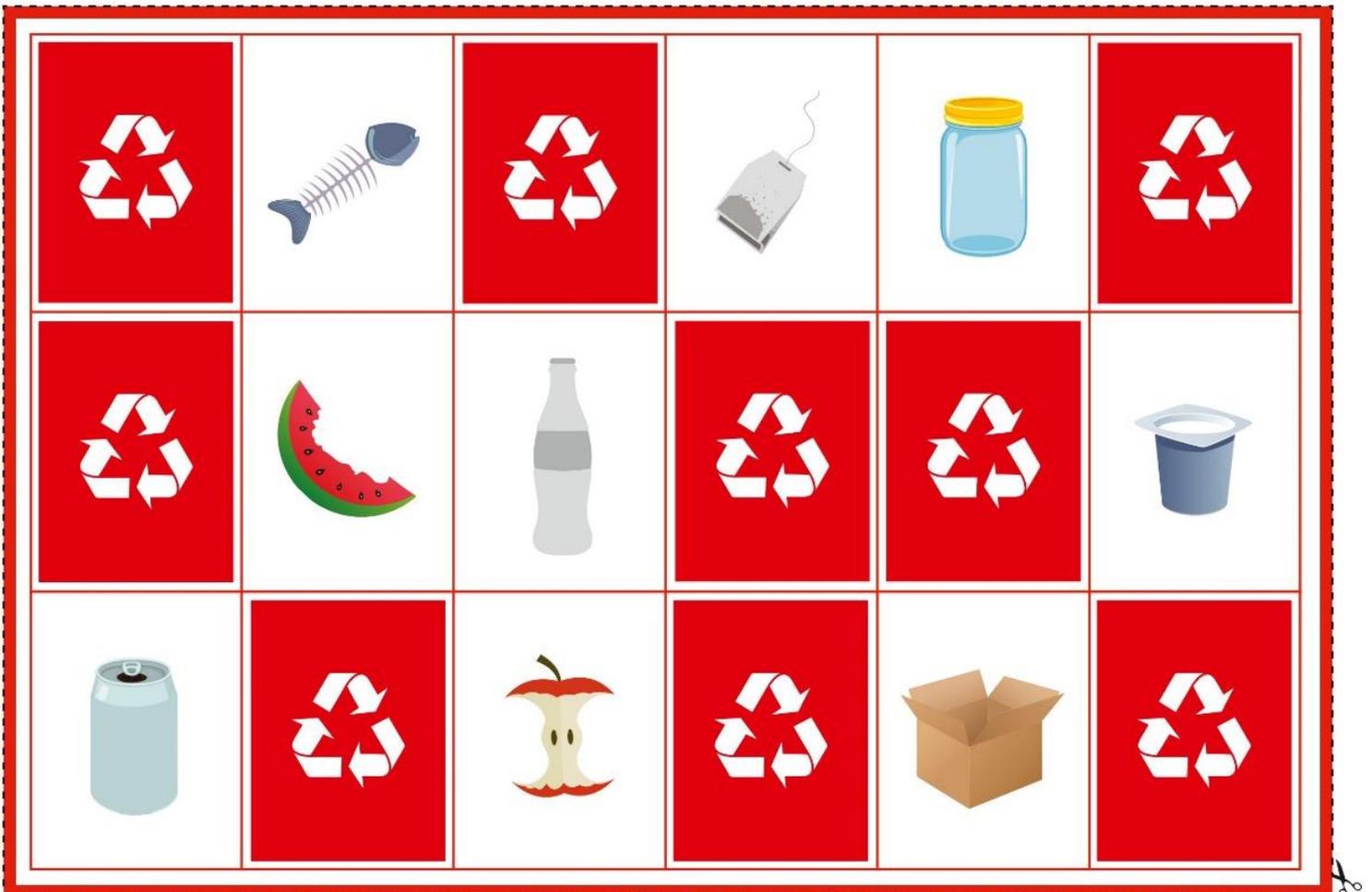
CARTONES







CARTONES





TARJETAS DE CONTENEDOR DE RECICLAJE

Papel y cartón	Plásticos y latas	Vidrio	Orgánico	General
				
				
				
				
				
				



EL BINGO DEL RECICLAJE

TARJETAS DE BINGO



EL BINGO DEL RECICLAJE

MÁS momentos DE Diversión

¿A qué juegan sus hijos? ¿A qué juegan las familias?
Compartir películas, juegos de mesa, tratar de grabar videos cómicos, jugamos a dígalo con mímica, siempre desde lo que le interesa a cada uno.

La única consigna es **divertirse, reír y disfrutar**.

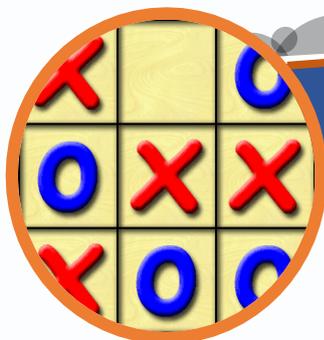
¿A qué podemos jugar? Te ofrecemos algunas opciones:



DILO COMO UN MIMO



ADIVINANZAS



TRES EN LINEA



TUTI FRUTI



DISFRAZARSE

Lo pueden hacer con ropas prestadas, con la propia, crear trajes juntos en familia. Usar maquillaje, collares, cinturones. Y todo lo que la imaginación permita.

SOMBRAS

Solo será necesario una vela o lámpara, un espacio vacío como una pared sin cuadros o una tela y el cuerpo (o partes del cuerpo, como las manos). Delante de la luz se harán formas que serán proyectadas como sombras en la pared.



KARAOKE

Bastará encontrar alguna aplicación o alguna pista en internet para comenzar a cantar. Gana quien se divierta más.



LEER CUENTOS

Un clásico que nunca falla, sobre todo antes de dormir. Representa un momento especial para incentivar la lectura en los más chicos y crear un momento en que el cuento pueda ser dramatizado y, por qué no, se le inventen otros finales.



ROMPECABEZAS

Que pueden ser simples y con pocas piezas, generalmente 4 para los más chicos, y hasta miles de piezas, para los amantes de este juego ¡Puedes hacer tu propio rompecabezas con cartón o cartulinas!



AJEDREZ



DAMA



CARTAS



DOMINO



LOTERIA

... Y OTROS JUEGOS MÁS QUE DESEEN COMPARTIR

Las opciones para compartir los días de juego son muchas, incluidos los virtuales (online), como también mirar películas juntos, comentarlas, recordar escenas y situaciones, etc.

LAS ACTIVIDADES ESCOLARES

Acompañar las tareas, siempre valorar los esfuerzos y la autonomía, evitar las comparaciones con compañeros y entre hermanos. Un comentario negativo nunca ayuda a mejorar. Recordar que no estamos en tiempo de calificar, que la exigencia y ansiedad no favorecen.

Es momento de mirar lo que hemos vivenciado: **¿qué aprendizajes se pudieron lograr?** Luego realiza proyecciones para un nuevo ciclo lectivo; resignificar los logros y los alcances; identificar las dificultades que se afrontaron y que pueden constituir la base de nuevos desafíos y metas.

Mantener un contacto frecuente con la escuela y sus maestros, tener presente que la casa no es la escuela y que se trata de adaptar de la forma más positiva las actividades escolares **¿Y cómo hacerlo?**

✿ Estas son algunas sugerencias para acompañar a los hijos en las tareas escolares ¿Cómo es el acompañamiento en la familia?

	MUY POCO	A veces	Siempre
Acordar juntos cómo, cuándo y en qué lugar hacer las tareas.			
Dar palabras de aliento y reconocimiento.			
Posponer la tarea para otro momento cuando no están dadas las condiciones.			
Tratar con dignidad ya que todos podemos equivocarnos. El error es parte del aprendizaje.			
Valorar y reconocer el esfuerzo.			

¿Cómo me he sentido con LAS CLASES FUERA DE LA ESCUELA?

¿Qué es lo que más te ha gustado? ¿Qué deseas que cambie o mejore?



CONOCERSE Y APRENDER DE LOS HIJOS

Es un gran momento para interesarse y compartir con los hijos todo aquello que les agrada, que les gusta.

Seguramente saben lo que les gusta y por lo que se interesa. Preguntar, escuchar que nos comentan, dar el tiempo para conocer aún más, permitir que tu hijo/a te enseñe de tecnologías, de programas, de músicas, de juegos, de tantas cosas que saben.

Invitamos a pensar de **cada hijo/a**:

-  Una música que sabemos les gusta:
-  Un juego:
-  Una ropa:
-  Un deporte:
-  Un libro:
-  Una comida:
-  Su mejor amigo/a:
-  Sus dolencias:
-  Sus actividades favoritas:
-  Lugares que le gustan:
-  Las materias que le resultan más fáciles:
-  Las materias que les resultan más difíciles:
-  Otras cosas:



CREAR UN TIEMPO DE DESCANSO

Piensa en actividades tranquilas como:

- Mirar fotos familiares y recordar momentos inolvidables.
- Lecturas.
- Aprender una receta nueva, algunas actividades manuales simples, otras de cuidado personal que gratifiquen (como un nuevo peinado).
- Practicar una sesión de maquillaje con un tutorial.

En síntesis, **se trata esencialmente de sentirse bien.**

Incluir ALGÚN tipo DE movimiento

Bailar, limpiar la casa con música, si se puede armar algún circuito motriz, preparar una coreografía en familia, organizar un karaoke, videos cortos de pasos de danzas que les gusten, jugar con las mascotas.

Con los niños, organizar actividades para moverse en la casa o al aire libre, evitar tiempos largos de pantalla, salir a las veredas, caminar en zonas cercanas en búsquedas de aves, colores, plantas, etc.

ALGUNAS PROPUESTAS



CIRCUITO CON OBSTÁCULOS

Con cualquier objeto que tengamos en casa, como sillas, mesas, botellas de plástico o juguetes, se colocan de tal manera que puedan realizar un recorrido en el que tengan que agacharse, saltar, andar a gatas o a cuadrupedia, impulsarse con los brazos y todo lo que nuestra imaginación nos permita.

RUTINAS DE EJERCICIOS

Rutinas de ejercicios: marcar una serie de tareas, como saltos laterales, rodillas arriba o talones al glúteo.



BAILAR Y CANTAR

Baile al ritmo de la música que más les guste o recurrir a plataformas online donde encontraremos una infinidad de coreografías.

CONTACTAR CON FAMILIARES Y AMISTADES A DISTANCIA

La comunicación e interacción social hay que sostenerla.

Mantener los **eventos familiares**: cumpleaños, días de festejos.

Utilizar otras vías como el teléfono, videollamadas, redes sociales, cartas, dibujos.



HACER LUGAR A LAS EMOCIONES

Generar momentos para que todos /as tengan la oportunidad de **contar cómo se sienten**, hablar de cómo afectó el aislamiento y el distanciamiento social, pensar cada uno qué haría cuando todo termine, dibujarlo, armar murales de familia y personales con lo que quisieran hacer y /o volver a vivir .

EL MURO DE COMUNICACIONES

Ayuda a crear **vínculos** afectivos y emotivos fuertes, propicia la comunicación y el diálogo respetuoso y refuerza la autoestima de todos los participantes.

En un espacio de la casa como una pared, la ventana, la puerta de la heladera, en el ropero o cualquier lugar en donde se pueda pegar cartelitos; o bien, utilizar una pizarra para escribir las cosas que los otros han hecho por nosotros y que nos han hecho sentir bien, usando la frase:

"Me gustó cuando...".



🌸 Nuestra receta de la felicidad

En esta dinámica cada uno escribirá en un cartel, pizarrón o pared lo que puede aportar para “nuestra receta” y la cantidad necesaria.

Con este pequeño juego propiciamos conocernos mejor a nosotros mismos y a los demás; descubrir cuáles son **las cosas importantes para cada uno**.



🌸 Rondas de recuerdos

La ronda de los recuerdos graciosos y felices: cada uno /a cuenta alguna situación donde se rieron y divertieron, buscamos fotos graciosas, miramos álbumes.

Otra opción es el tendedero de los mejores momentos, colgamos las fotos que más nos gustan porque **fuiamos muy felices**.



Presta Atención



Hemos escuchado las preocupaciones de los jóvenes que, durante la pandemia, han transitado sus últimos años: ¿cómo terminará el año?, ¿egresaré en diciembre? ¿Habrá algún tipo de extensión?, y otros cuestionamiento más que ya no pueden pasar por alto.

Estas dudas también han recaído sobre el inicio del 2021... ¿cuándo comenzará la cursada? ¿Será presencial u online?

Por otro lado, es posible que hayan surgido algunas conductas como signos de alarma que hay que atender como por ejemplo:

- ✿ Alteraciones del sueño y/o de los horarios de descanso
- ✿ Desinterés y aislamiento
- ✿ Irritabilidad y baja tolerancia a la frustración

O quizás, otros comportamientos no habituales que pueden aparecer o agravarse.

Propiciar el diálogo y acompañamiento puede contribuir en esta etapa y los adultos debieran tratar de escucharlos. Cada niño/a y adolescente atravesó este período de modo singular y personal.

Recuerda que, siempre y cuando sea necesario, puedes pedir ayuda profesional ante estos signos de alertas.

ALGUNAS recomendaciones que pueden AYUDAR A LOS Jóvenes Y A LAS familias

1

Pensar en cada día y comenzar por el propio entorno

Poner la mirada en el lugar donde más tiempo permaneces, si puedes mejorarlo, ordenar y organizar. Si compartes espacio es buena ocasión para conversar y acordar tareas para mantener limpio, la convivencia de horarios, los objetos y pertenencias propias y compartidas, expresar y construir acuerdos sobre lo que les gusta y no les gusta de la convivencia en ese espacio. Busca huellas personales, aquello propio que te representa y da cuenta que vives allí: un dibujo, fotos, objetos queridos, etc.

2

Reconocer cómo te sientes y tratar de expresarlo

Todos/odas las personas sienten temor y ansiedad. Muchas veces es necesario, y parte de la vivencia, sentir miedos y ansiedad. Pues nos previene de peligros, nos puede orientar a pedir ayuda y protección por ejemplo.

Si sientes frustración, enojo o tristeza por no poder salir o ver a tus amigos, es una vivencia normal y lo más importante es cómo resolverlo, sentir y expresar de alguna manera: escribe, conversa, graba audios, dibuja, recuérdalos.

3

Concentrarse en sí mismo

Concentrarse en sí mismos para la búsqueda de aquello que interese, que fortalezca y posibilite desarrollar capacidades y habilidades, probar nuevas maneras de utilizar el tiempo y animarse a nuevas actividades y descubrimientos.

Explor-arte, intentar reconocerte en otras actividades y conocimientos puede ayudar a cuidar y proteger tu salud emocional.

¿Cuáles actividades te gustaría intentar hacer, o aprender? ¿Cómo lo harías? ¿Quiénes podrían ayudarte y acompañarte? ¿Con cuáles materiales o recursos?

Puedes escribir un diario con tus pensamientos, guárdalo y en unos años podrás leerlo y será toda una experiencia recordar lo que viviste.

4

Mantener contactos con amigos en forma creativa

Mantener contacto con los amigos en diferentes formas es muy importante. Es una ayuda valiosa para sobrellevar el aislamiento, acompañar las emociones y vivencias y a la vez cumplir con las medidas y continuar aprendiendo.

Una recomendación es pensar formas creativas, recurrir a las tecnologías y redes sociales, inventar encuentros donde cada uno /a enseña alguna herramienta para editar videos, audios, crear flyers, murales interactivos, crear juegos y miles de otras maneras más. Estas propuestas siempre flexibles y que no impliquen el uso desmedido de los celulares y dispositivos

5

Trata de seguir aprendiendo

¿Qué te gustaría aprender : un idioma? , alguna actividad manual o artesana?, algo para cuidarte mejor en la alimentación, estética corporal? Relajación, meditación? Una herramienta tecnológica? Escribir o leer?

¡Infinitas posibilidades! Intenta tomarte un tiempo para precisar cuáles y luego buscar los apoyos para lograrlo.

6

Siempre cuidarse y cumplir con las medidas de prevención

Aunque a veces te parezca innecesario, y haya quienes no lo tomen en serio, recuerda siempre lavar tus manos frecuentemente, en todo momento práctica el distanciamiento social, no compartas mates ni vasos, ponte el barbijo o tapabocas.

Y DESPUÉS DE LA ESCUELA... ¿QUÉ?

Completa estas frases con lo primero que se te ocurra

- Cuando era chiquito _____
- A medida que fui creciendo _____
- Ahora pienso _____
- Tengo claro _____
- Tengo dudas _____
- Lo que más me gusta es _____
- Lo que menos me gusta es _____
- Mis padres quieren que yo _____
- Mi sueño es _____
- Me gustaría trabajar en el ámbito de _____



Reconociendo mis HABILIDADES

Realiza una lista de las actividades cotidianas o escolares que reconoces y puedes realizar con mayor facilidad.

En el caso de no poder reconocerlas, pregunta a los integrantes del entorno familiar, amigos, compañeros, etc.

Realiza otra lista de las actividades que identificas no tan sencillas para tí, ya sean tareas de la casa o el colegio.

Conociendo LAS HISTORIAS DE LAS PERSONAS CON LAS QUE CONVIVIMOS

Realiza una línea histórica, con ayuda de los integrantes de la familia.

Recaba los datos que sean posibles, a qué se dedicaban, de dónde provenían, donde vivían, etc.

Es una actividad que lleva un momento importante de dedicación, pero que también resulta emotiva y ayuda a reunir y compartir.



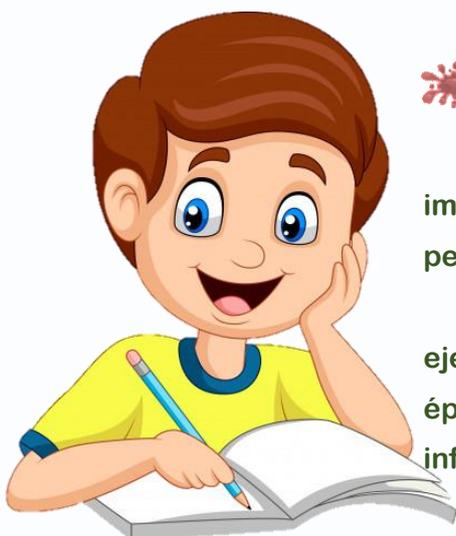
Escribe un Diario

Es una actividad privada donde se registran las emociones, las metas, los deseos, etc. que puedan surgir en el tiempo previo a la elección de un oficio o profesión.

¿Qué objetivos tienes de aquí en adelante?

¿Qué quieres hacer, cómo lo vas a hacer?

¿Tienes posibilidades para cumplir esa meta?



Realiza una Autobiografía

Relato de tu propia vida en el que muestras elementos importantes de ella como tu nacimiento, experiencias personales significativas, logros, etc.

Eres el protagonista de la historia que cuentas. Por ejemplo, mostrar la alegría que experimentaste durante una época de tu vida o dar a conocer personas importantes en tu infancia.

Reflexiona sobre tus Hábitos y Metodología de estudio

¿Tienes la costumbre de organizar tus actividades diarias?

¿Cuánto tiempo le dedicas al estudio y a las tareas escolares?

¿Cómo estudias para los exámenes?

¿Memorizas, repitiendo los contenidos tal cual están?

¿Te tomas el tiempo para entender lo que estás leyendo, buscas en el diccionario las palabras desconocidas?

Por lo general, ¿interpretas las consignas que tienes que desarrollar o las respondes de manera automática?

¿Recuerdas con facilidad los temas que se desarrollan en las áreas curriculares?

Referencias Bibliográficas

2019. Líneas de Política Educativas Provincial para el “Enfoque de desarrollo de capacidades socio afectivas y espirituales en el sistema educativo de Formosa”. Resolución Ministerial N° 0536/19. Ministerio de Cultura y Educación. Provincia de Formosa/Argentina

2012. Líneas de Política Educativa Provincial para el “Enfoque de desarrollo de capacidades y escolarización plena”. Resolución Ministerial N° 0314/12. Ministerio de Cultura y Educación. Provincia de Formosa/Argentina

Banco de imágenes

- <https://i.pinimg.com/originals/e7/cd/3a/e7cd3a63527d3b07bc7f31d1e101be96.jpg>
- <https://image.freepik.com/vector-gratis> VARIOS
- <https://2img.net/r/ihimizer/img853/5213/ltzh.png>
- <https://pbs.twimg.com/media/Bqv8fIIUAEVhdq.jpg>
- <https://i.pinimg.com/600x315/18/7c/f8/187cf8272755130197bacc8df6267c61.jpg>
- <https://i.pinimg.com/474x/77/68/e7/7768e741bd19b354e2291c9b3f48e83a.jpg>
- https://st2depositphotos.com/4530779/v/600/depositphotos_115993854-stock-ilustracion-insect-repellent-kid.jpg
- https://st2depositphotos.com/5592054/8932/v/600/depositphotos_89327926stock-ilustation-pest-control-exterminator.jpg
- https://cdn.pixabay.com/photo/2016/04/24/23/26/aedes-aegypti-1351001_1280.png
- <https://images.vexels.com/media/users/3/206003/isolated/preview/7e9b672b6ccac85b49b8ade8fd06335-dibujos-animados-lindo-l--piz-by-vexels.png>
- <https://us.123rf.com/450wm/dreamcreation011608/dreamcreation01160800285/62047195-dibujos-animados-poco-feliz-ni%C3%B2o.jpg?ver=6>
- <https://i.ytimg.com/vi/eUplv1-y1y4/maxresdefault.jpg>
- <https://ecoembesdudasreciclaje.es/wp-content/iuploads/2018/05/Group-8.png>
- <https://ecoembesdudasreciclaje.es/wp-content/iuploads/2018/05/Group-4.png>
- <https://i.pinimg.com/originals/0b/3f/eb/0b3feb104589d642a6a4980570a2ea73.png>
- <https://i.ytimg.com/vi/BYtmJ91EDEeY/maxresdefault.jpg>
- <https://i1.wp.com/www.orquestamedia.com/wp-cont/uploads/creatividad-post-9.jpg?fit=1500%2C%201126&ssl=1>
- <https://i.pinimg.com/originals/8d/e3/60/8de3604990a08397d91c6e445b0feb34.jpg>
- <https://i.pinimg.com/736x/2f/c8/4a/2fc84a90cb392e0fe7098c674e803b9e.jpg>



MODALIDAD DE EDUCACIÓN ESPECIAL

Dr. GILDO INSFRAN
GOBERNADOR

Dr. EBER WILSON SOLIS
VICEGOBERNADOR

Dr. ANTONIO EMERITO FERREIRA
MINISTERIO DE LA JEFATURA DE GABINETE

Dr. ALBERTO MARCELO ZORRILLA
MINISTRO DE CULTURA Y EDUCACION



MINISTERIO
DE CULTURA
Y EDUCACIÓN

TODOS
UNIDOS 



GOBIERNO
DE FORMOSA