



PAUTAS NECESARIAS PARA O ALUMNADO

Con motivo do período de permanencia na casa, axúntase unha serie de recomendacións ás familias dirixidas a facilitar o apoio emocional e supervisar as responsabilidades académicas na casa dos vosos fillos e fillas.

Tratar a información da situación da forma máis obxectiva, positiva e adaptada ao seu nivel de comprensión. Evitar falar frecuentemente do tema, a sobreinformación ou as informacións erróneas de fontes non oficiais ou científicas que poidan xerar maior confusión.

Establecer as rutinas diarias o máis parecidas ás que viñan realizando (aseo, vestido, comidas, estudo, ocio...), coidando especialmente o benestar emocional e as interaccións sociais con figuras significativas, no espazo familiar ou virtual.

Planificar os tempos e responsabilidades conxuntamente, seguindo as instrucións facilitadas polo profesorado para a realización das tarefas académicas (a través da aula virtual do centro ou das canles establecidas coas familias). Evitará ter que recordarlle as súas responsabilidades de xeito continuado.

Facilitar un entorno de traballo axeitado: condicións ambientais (iluminación, temperatura, ruídos ou elementos distractores no espazo ou na súa mesa de traballo) e unha posición corporal adecuada.

Facer un uso responsable das Tecnoloxías da Información e da Comunicación. É moi importante que non dispoñan do móbil durante a realización das tarefas académicas, a fin de permitir o maior aproveitamento das mesmas.

Establecer rutinas diarias de traballo e de descanso elaborando a planificación da organización dos tempos para cada materia e as pausas, en función do traballo a realizar (no tempo de descanso levantarse da cadeira e moverse, descansar á vista, comer algo sa...).



Rexistrar as tarefas realizadas diariamente (na axenda escolar ou a través da táboa de planificación do estudio facilitada polo profesorado titor ou o departamento de orientación do centro). Axudará a evitar despistes ou esquecer o aprendido, ao facilitar un tempo de repaso de tarefas, a medida que se avanza no material traballado.

Coidar o benestar e a saúde integral dedicando tempos a realización de actividades físicas, a través de iniciativas de ocio creativas e xogos que impliquen movemento, así como no propio reparto das tarefas na casa.

Muros a 24 de marzo de 2020