

A stylized, colorful illustration of a landscape. The foreground features rolling green hills with a brown path. On the left, there is a green tree, a purple flower, and an orange flower. A red bird is flying in the sky. The background consists of light blue and white wavy bands representing the sky.

CÓMO ABORDAR LAS PREOCUPACIONES FAMILIARES SOBRE NUESTROS HIJOS/AS DURANTE EL CONFINAMIENTO

Almuñécar- La Herradura Solidaria COVID-19

Contacto :

958 63 90 86

958 61 61 18

almunecarsolidaria@almunecar.es

#QUÉDATEENCASA



ÍNDICE

1. PREOCUPACIONES MÁS COMUNES

2. ESTRATEGIAS

3. RECURSOS

Contacto para más informaciones, ayudas o consultas:

almunecarsolidaria@almunecar.es

958 63 90 86

958 61 61 18

QUÉ NOS PREOCUPA COMO PADRES Y MADRES EN ESTA CRISIS:

- *No ser capaz de ayudar a mi hijo/a en las tareas cotidianas de la escuela.*
- *La autoestima de nuestros pequeños y pequeñas.*
- *La calidad de la educación a distancia.*
- *El uso excesivo de internet y de otras soportes virtuales.*
- *El cambio de hábitos y costumbres.*
- *Peleas con los hermanos/as*



¿Cómo afrontar éstas preocupaciones?

No ser capaz de ayudar a mi hijo/a en las tareas cotidianas de la escuela

- No te preocupes, sabrás cómo ayudarlos.*
- No todos las personas tienen respuesta a todo*
- Hablar con el maestro/a y con otros padres y madres ayuda a tener otra perspectiva.*
- Ayudar no implica hacer tú las tareas de tú hijo/a*



CÓMO AYUDARLE CON LAS TAREAS

AYUDALÉ A RELACIONAR

- Ponle ejemplos de la vida real relacionados con la tarea

NO LOS HAGAS TÚ

- Ofrécele tu ayuda si lo necesita, pero ha de hacerlos solo/a

ENSÉÑALE A ORGANIZARSE

- Dividir los deberes en pequeñas actividades le ayudará a no agobiarse

DESPIERTA SU CURISIDAD

- Enséñale videos relacionados, hazle preguntas divertidas o interesantes...

DÉJALE DECIDIR

- Decidir le permitirá ser más responsable y autónomo



La autoestima de nuestros pequeños y pequeñas



- Trabajar la autoestima de nuestros niños/as es fundamental.
- Es una tarea compleja, pero sabrás como hacerlo.
- El amor de padre/madre es un gran aliado.

CÓMO TRABAJAR LA AUTOESTIMA

ESTRATEGIAS

- Valora el esfuerzo, no el resultado en actividades cotidianas.
- Déjale cometer errores y aprender de ellos.
- Ponle límites y normas.
- Establece tareas cotidianas.
- No exageres tus halagos.
- Dale amor incondicional.
- Dale responsabilidades en el hogar: poner la mesa, recoger su cuarto...



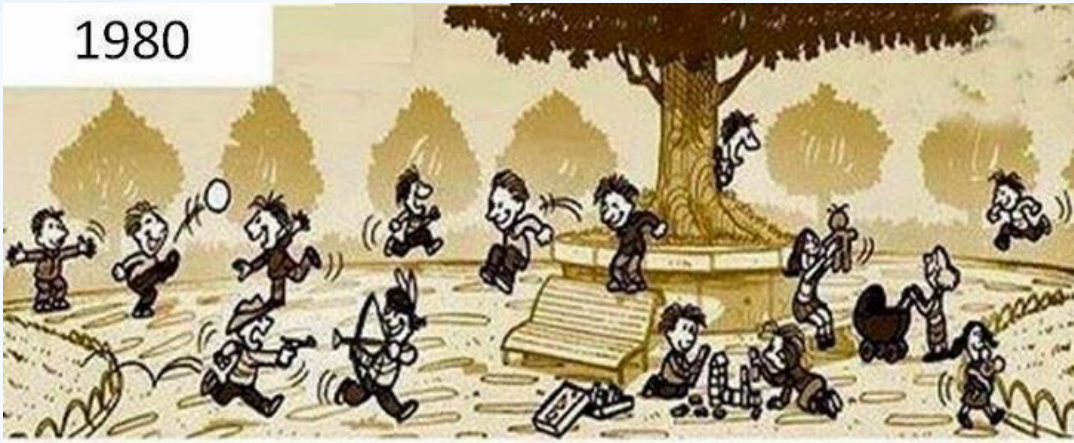
La calidad de la educación a distancia

- Debes preocuparte, pero no demasiado. Tenemos grandes maestras y maestros dispuestos a ayudar y a ofrecer una educación de calidad.
- Habla con el tutor o la tutora de tu hijo y pregúntale todo lo que necesites saber.
- No todas las personas disponemos de recursos informáticos, pero nuestros maestros/as podrán ayudarnos a buscar los mejores medios para educar a nuestros hijos/as durante esta cuarentena a través de Whatsapp, videoconferencia, Meet Google u otros recursos, que puedan llevarse a cabo a través de un dispositivo móvil.



El uso excesivo de internet y de otras soportes electrónicos

1980



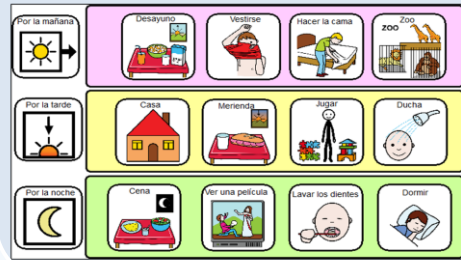
2013



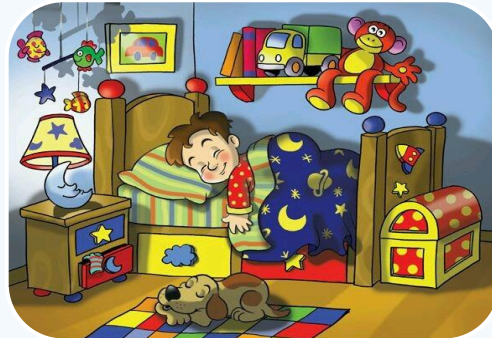
- Es necesario controlar el uso de Internet, así como de otros soportes electrónicos.
- El uso excesivo puede provocar aislamiento social, cambios de conducta, fuerte dependencia, entre otras.
- Confinamiento **NO** es igual a internet y videoconsola a mansalva,

CÓMO CONTROLAR EL USO EXCESIVO DE INTERNET Y OTROS SOPORTES ELECTRÓNICOS

EJEMPLO DE AGENDA DE PICTOGRAMAS



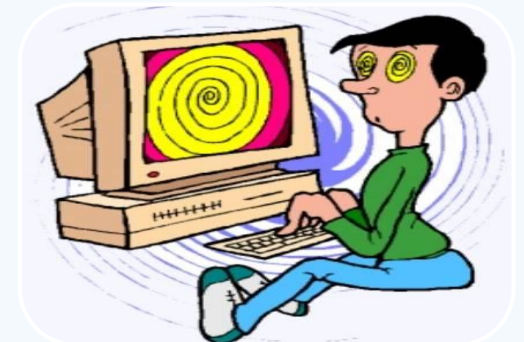
ESTABLECER HORARIOS



NO UTILIZAR EL ORDENADOR O EL MÓVIL 1 HORA ANTES DE IR A DORMIR



NO CALMAR A NUESTROS HIJOS/AS MEDIANTE EL USO DE APARATOS DIGITALES



HABLAR CON NUESTROS HIJOS DE LOS PELIGROS DEL MAL USO DE INTERNET



USAR EL CONTROL PARENTAL EN SOPORTES ELECTRÓNICOS



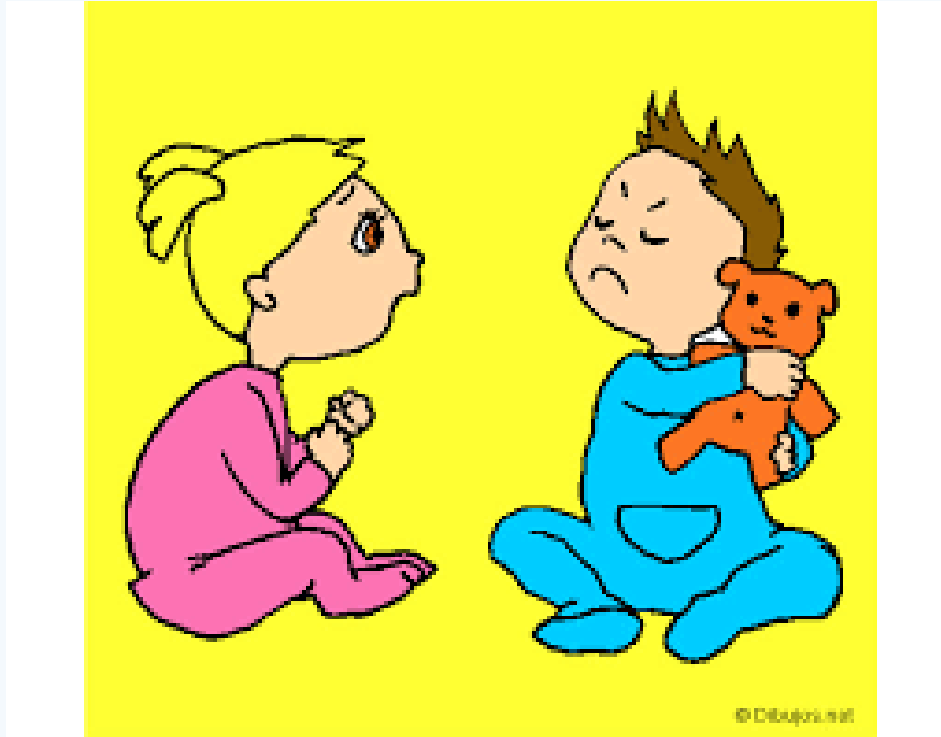
NO USAR PANTALLAS EN NIÑOS MENORES DE DOS AÑOS

El cambio de hábitos y costumbres

- El cambio de hábitos es visible en el día a día del confinamiento.
- El aislamiento social y el sedentarismo se acentúan durante este período.
- Desajuste de horarios.



Pelear con los hermanos/as



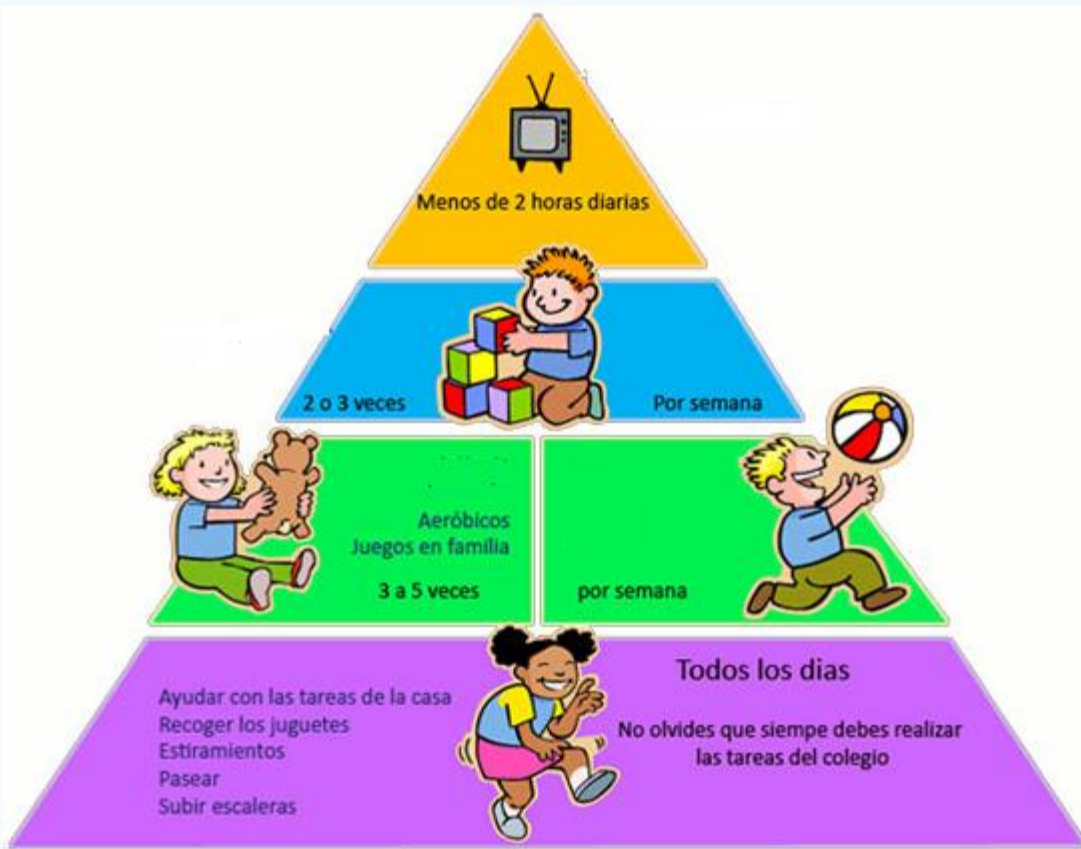
- *Tantos días en casa puede afectar las relaciones entre hermanos/as provocando peleas y enfados entre ellos.*
- *No te preocupes es normal y más durante tanto tiempo en casa.*
- *Debemos crear un clima conciliador entre hermanos*

CÓMO EVITAR PELEAS ENTRE HERMANOS/AS

- SER IMPARCIALES
- PROPORNER SOLUCIONES, NO IMPONERLAS
- ENSEÑARLES A PEDIR PERDÓN
- ESCUCHAR LAS EXPLICACIONES DE CADA PARTE
- ENSEÑARLES A PACTAR
- USAR TÉCNICAS DE COMPORTAMIENTO COMO LA ECONOMÍA DE FICHAS.
- EVITAR EXPRESIONES NEGATIVAS



CÓMO COMBATIR EL CAMBIO DE HÁBITOS Y COSTUMBRES



ESTABLECER HORARIOS
EN LAS
COMIDAS, CENAS, ASEO
DIARIO, DEBERES, OCIO...

ELABORAR UN PLANING
SEMANAL DE
ACTIVIDADES A
REALIZAR.

INCENTIBAR CHARLAS
VÍA TELEFÓNICA O VIDEO
CONFERENCIA CON SUS
AMIGOS DEL COLE, O
CON LA FAMILIA

HACER EJERCICIO FÍSICO
A TRAVÉS DE BAILES
INFANTILES, REGIONALES
O ACTIVIDADES
LUCRATIVAS

CREAR UN MENÚ
SEMANAL DE COMIDAS.

PASAR MÁS TIEMPO EN
FAMILIA.



RECURSOS PARA TRABAJAR

A continuación, te ofrecemos una guía de recursos para trabajar los conceptos nombrados en las diapositivas anteriores.

AYUDA EN LAS TAREAS DE LA ESCUELA

- RECURSOS EDUCACIÓN INFANTIL

- PÁGINAS WEB

- <http://www.colorear.net/dibujos/>
 - <http://www.primeraescola.com/themesp/colorear/moldes-patrones.htm>
 - <https://www.colorearjunior.com/>

- FICHAS

- <https://www.mundoprimeraria.com/fichas-infantil>

AYUDA EN LAS TAREAS DE LA ESCUELA

- RECURSOS EDUCACIÓN PRIMARIA
 - PÁGINAS WEB
 - <https://www.recursosep.com/>
 - <https://www.mundoprimaria.com/recursos-educativos>
 - FICHAS
 - <https://fichasparaimprimir.com/>
 - VIDEOS TUTORIALES
 - Happy Learning Español (Canal de Youtube)
 - https://www.youtube.com/watch?v=oexd_Dfic_Q

AYUDA EN LAS TAREAS DE LA ESCUELA

- RECURSOS EDUCACIÓN SECUNDARIA

- PÁGINAS WEB

- <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/secundaria/>

- <http://www.educacionyfp.gob.es/contenidos/estudiantes/educacion-secundaria/recursos-educativos.html>

- FICHAS

- <https://recursosdidacticos.org/segundo-de-secundaria/>

- <https://www.orientacionandujar.es/2015/06/10/coleccion-de-materiales-1o-2o-3o-y-4o-eso-tambien-repasamos-y-recuperamos-en-verano-matematicas-lengua-ingles-quimica-y-muchas-mas/>

TRABAJAR LA AUTOESTIMA

- RECURSOS

- PÁGINAS WEB

- <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/educacion-emocional/recursos-fomentar-la-autoestima/>
 - <https://elrinconeducativ.wordpress.com/>

- FICHAS

- <http://www.cuentoscortos.com/cuentos-de-autoestima>
 - <https://www.educapeques.com/recursos-para-el-aula/juegos-para-ninos/juego-infantil-desarrollar-autoestima.html>

- VIDEOS

- <https://youtu.be/QR BmK5rpKY>

LA EDUCACIÓN A DISTANCIA

- ARTÍCULOS

- <https://www.ugr.es/~sevimeco/revistaeticanet/Numero1/Articulos/EaDretos.pdf>
- <https://hera.ugr.es/tesisugr/21613084.pdf>

- VIDEOS

- <https://www.youtube.com/watch?v=hb3nnl465VY&list=PLbkFIGlP1fzIDkoEpKlVSYWIXANdCBDXP&index=4&t=0s>

TRABAJAR EL USO EXCESIVO DE INTERNET Y OTROS SOPORTES ELECTRÓNICOS

- MATERIALES

- CREA TU HORARIO

- <https://www.canva.com/es/es/crear/horario-escolar/>

- JUEGOS Y MANUALIDADES INFANTILES FORMATO PAPEL

- <https://www.pequeocio.com/juegos-infantiles-imprimir-gratis/>

- <https://www.pinterest.es/pin/529032287473764534/>

- JUEGOS PARA ADULTOS FORMATO PAPEL

- https://www.anayainfantilyjuvenil.com/catalogos/capitulos_promocion/1J00335701_9999986032.pdf

- <https://penitenciasyretos.blogspot.com/search/label/juego%20de%20mesa%20para%20imprimir>

El cambio de hábitos y costumbres.

- CREA TU PLANNING

- <http://paperflowersinmyhead.blogspot.com/2016/01/crea-tu-planner-mensual-gratis.html>
- <http://menusemanal.com/>

- RETOS Y ACTIVIDADES

- <https://www.youtube.com/watch?v=69Za5UWtICO>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ueutErIUewk>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ueutErIUewk>
- <https://www.youtube.com/watch?v=EMcVc8oMvGA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=12-7ZC53f4I>

Pelear con los hermanos/as

- **ECONOMÍA DE FICHAS**

- <https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/tdah-estrategias-para-la-conducta-economia-de-fichas-como-convertirlo-en-un-sistema-eficaz-para-modificar-la-conducta.html>

- **TALLER FAMILIAR**

- https://joancontreras.com/usuarios/blog/arxiu/210_1_TALLERDERELACIONES_FAMILIARES.pdf
- <https://www.univision.com/estilo-de-vida/papas-y-mamas/sos-mis-hijos-se-pelean-tips-para-mejorar-la-relacion-entre-hermanos>
- <https://www.bekiapadres.com/articulos/juegos-fomentar-relaciones-hermanos/>



Ayuntamiento
de Almuñécar

" El Ayuntamiento de Almuñécar agradece su colaboración altruista y solidaria, la cesión del uso de los materiales didácticos elaborado por Juan José Padial ante la situación de emergencia del COVID-19 como profesional voluntario de Almuñécar- La Herradura

A stylized landscape illustration. The background consists of wavy, layered bands of light blue and white, suggesting a sky or mist. In the foreground, there are rolling green hills of varying shades. On the left side, a tree with a dark brown trunk and several large, rounded, overlapping petals in shades of purple and pink stands on a small mound of orange and brown earth. The overall style is simple and colorful.

GRACIAS

#QUÉDATEENCASA