

APOYANDO EL APRENDIZAJE DESDE LA CASA

UNA GUÍA PARA PADRES Y CUIDADORES



Ayudar a los niños a lograr una transición eficaz al aprendizaje en línea es esencial para que sean exitosos ahora y en el futuro. La buena noticia es que existen estrategias comprobadas en la práctica que hacen que el aprendizaje en línea y semipresencial sean eficaces. Esta guía contiene consejos y herramientas que le darán la confianza necesaria para apoyar el aprendizaje en casa.

Tanto los padres como los cuidadores pueden ayudar a los estudiantes y asegurar un año exitoso al:

- Proporcionar un entorno de aprendizaje eficaz
- Crear un plan de estudios significativo
- Convertirse en un mentor y facilitador del aprendizaje

Las sugerencias en esta guía pueden ayudarle a que el aprendizaje desde la casa sea exitoso, pero usted conoce mejor a su hijo o hija, así que le sugerimos que adapte estas estrategias conforme a sus necesidades.

Proporcionar un Entorno de Aprendizaje Efectivo

En el aprendizaje presencial, ir a un edificio escolar físico ayuda a los niños en la transición a un entorno de aprendizaje. El entorno escolar es un recordatorio físico de los comportamientos y normas que son importantes para un aprendizaje efectivo. Esto puede incluir la participación en actividades de aprendizaje, mantenerse enfocado en el trabajo escolar y completar las tareas asignadas.

Al aprender en línea, es importante crear un entorno de aprendizaje adecuado que ayude a los estudiantes a pasar del "modo-casa" al "modo-escuela." Designar una estación de aprendizaje en el hogar, aunque se trate de un rincón en su habitación, les ayuda a hacer la transición a medida que crecen para asociar su espacio de aprendizaje con la creatividad y el descubrimiento que acompañan el aprendizaje en línea efectivo.

CREACIÓN DE UNA ESTACIÓN DE APRENDIZAJE

Una estación de aprendizaje es un espacio predeterminado donde se realiza el trabajo de la escuela, como puede ser un escritorio en una habitación. Si no hay espacio disponible o estar en la habitación dificulta la transición al modo-escuela, se pueden crear estaciones de trabajo en otros lugares de la casa. Una mesita portátil, por ejemplo, puede transformar un sillón normal en una estación de trabajo. Con niños más pequeños, se puede ser más creativo, como construir una fortaleza de aprendizaje debajo de la mesa del comedor.

Dondequiera que se cree la estación de aprendizaje, es importante encontrar un lugar que sea:

- Cómodo
- Disponible todos los días escolares
- Relativamente libre de distracciones

Cómo Manejar los Espacios Compartidos

Si hay otros niños aprendiendo en casa o si los padres están trabajando en casa, la estación de aprendizaje del niño quizás deba encontrarse en un espacio compartido (p. ej., varios niños trabajando en la mesa del comedor). Si este es el caso, hay algunos ajustes importantes que debe considerar para que las estaciones de aprendizaje funcionen bien. Por ejemplo, unos auriculares con micrófono pueden hacer más fácil el bloquear ruido mientras los estudiantes están participando en línea en espacios compartidos, y una pantalla triple (como las que se usan en las ferias de proyectos de ciencia) pueden transformar una mesa de comedor en un espacio de aprendizaje que permita una mejor concentración.

TIP:

Los dispositivos **Apple** y **Android** le permiten configurar controles parentales, incluyendo bloquear el acceso a ciertas aplicaciones durante el día escolar.

TIP:

Reduzca el estrés al iniciar el día de aprendizaje haciendo que su estudiante inicie sesión anticipadamente. Una vez que inicien la sesión, pueden apagar sus cámaras mientras se preparan para comenzar. Esto le dará tiempo para solucionar cualquier inconveniente técnico antes de que empiece la clase.

TENER LA TECNOLOGÍA CORRECTA

Ya sea que se trate de un dispositivo proporcionado por la escuela, por los padres o por el estudiante; el tener lista la tecnología y utilizarla de manera efectiva, servirá para asegurar una experiencia de aprendizaje en línea exitosa. Estas son algunas recomendaciones:

- Si va a compartir un dispositivo personal con su hijo, revise sus configuraciones y compruebe que las aplicaciones que tiene instaladas son apropiadas para el niño antes de dárselo.
- Haga una lista de todos los sitios web que utilizará su estudiante para la escuela con su información para iniciar sesión. Tengala disponible como una referencia rápida, para evitar inconvenientes al comenzar la clase.
- Hacer que el estudiante active la cámara durante las videoconferencias con su clase ayuda a promover la participación con sus compañeros y ayuda a los educadores a captar la atención de los estudiantes en las lecciones y los debates relacionados.
- Si en algún momento hay inconvenientes técnicos, no pierda la calma. Mostrarle cómo solucionar inconvenientes técnicos ayudará al estudiante a adquirir una habilidad importante para su aprendizaje actual y en el futuro.

Crea un Plan de Aprendizaje Significativo

Una vez que haya establecido un entorno de aprendizaje efectivo para su estudiante, es importante que este entienda cómo será su jornada de aprendizaje. Ayudará mucho crear un horario o programa de fácil lectura para que sus hijos sepan qué ocurrirá conforme a lo que usted haya recibido de la escuela y sus rutinas familiares. Esto es de particular importancia para las escuelas que tienen programas semipresenciales o días alternos en los que el programa cambia cada día.

Si tiene niños con horarios diferentes, crear un horario o programa de fácil acceso servirá también para los adultos de la familia. También es importante que los niños participen en este proceso. Cree un horario realista para la familia, y asegúrese de que incluya tiempo dedicado o actividades no estructuradas.

DISEÑE UN HORARIO

Este es un ejemplo para comenzar:

Lunes		Martes	
7 a.m.	Prepararse y desayunar	7 a.m.	Prepararse y desayunar
8 a.m.	Matemáticas	8 a.m.	Estudios Sociales
9 a.m.	Descanso	9 a.m.	Descanso
10 a.m.	Inglés	10 a.m.	Música
11 a.m.	Almuerzo	11 a.m.	Almuerzo
12 p.m.	Lectura	12 p.m.	Lectura
1 p.m.	Actividad física	1 p.m.	Actividad física
2 p.m.	Artes	2 p.m.	Ciencias
3 p.m.	Tiempo al aire libre o para socializar	3 p.m.	Tiempo al aire libre o para socializar
6 p.m.	Cena	6 p.m.	Cena
7 p.m.	Tiempo libre o de quehaceres	7 p.m.	Tiempo libre o de quehaceres
8 p.m.	Prepararse para ir a dormir	8 p.m.	Prepararse para ir a dormir

Toma Recesos

Si bien el aprendizaje en línea puede ser muy efectivo, también puede ser agotador. Planifique recesos para los niños a lo largo del día o utilice los recesos que establece la escuela entre las clases o actividades. Haga una lista de actividades que pueden realizar sus niños durante esos recesos, tales como:

- Trabajar en un rompecabezas
- Dibujar o colorear
- Comer un bocadillo

Sal Afuera

Si el clima lo permite, es muy bueno asegurarse de que los niños salgan afuera todos los días. Esta es una oportunidad para cambiar de ambiente y hacer un poco de actividad física.

Puede crear una lista de actividades para que sus niños elijan alguna cuando sea el momento de salir afuera. Considere actividades como:

- Dar un paseo caminando
- Dar un paseo en bicicleta
- Participar en un juego al aire libre

MANTENIENDO UN BALANCE

Cuando el tiempo para la escuela y para socializar ocurren en línea, el enfoque tradicional de pasar un tiempo determinado frente a la pantalla quizás no sea la mejor forma de enseñar límites. El libro, con su título en el idioma inglés, *Digital for Good: Raising Kids to Thrive in an Online World* sugiere que un mejor enfoque es enseñarles a mantener un balance digital. En lugar de centrarse en cuántos minutos debe pasar un niño frente a la pantalla, cerciórese de que aprenda a mantener un balance saludable entre una variedad de actividades en línea y fuera de línea.

Algunas recomendaciones:

- Hable con sus hijos sobre la importancia de tener una variedad de actividades digitales y físicas.
- Incorpore actividades de aprendizaje no digitales en el día escolar.
- Designe tiempos sin tecnología, como comidas en familia (atención padres, esto también los incluye a ustedes).
- Evite dejar dispositivos en las habitaciones de los niños por la noche; guárdelos fuera de su alcance al finalizar el día de aprendizaje.

TIP:

Hay una serie de actividades en YouTube que son excelentes para ayudar con la actividad física cuando no puedan salir afuera (por ejemplo, *Cosmic Kids Yoga*).

CUANDO ALGO SALE MAL

Tanto el aprendizaje en línea como el semipresencial pueden ser estresantes. No importa lo bien que los tenga planeados, habrá momentos de frustración. Está bien dejar que su hijo se aleje por un minuto si se siente frustrado con la experiencia de aprendizaje. Si las frustraciones son continuas, hable con el profesor de su hijo o el consejero de la escuela para pedir sugerencias.

TIP:

Haga que los niños comiencen el día como si fueran a la escuela. Por ejemplo, que se levanten, desayunen, se vistan, realicen sus rutinas matutinas y llenen una botella de agua. Esta preparación les ayudará a sentirse como en un día escolar regular.

Haz Tiempo para los Amigos

La interacción social es importante para que los niños aprendan habilidades como manejar conflictos y regular las emociones. Busque maneras de asegurarse de que los niños sigan interactuando y desarrollen relaciones personales. Estos son algunos ejemplos:

- **Grupos de estudio:** Motive a los niños para crear grupos de estudio digitales o reunirse en persona con un grupo pequeño de amigos para compartir una lección o estudiar.
- **Juegos en línea para varios jugadores:** Con la debida supervisión, juegos como Minecraft se pueden jugar en tiempo real con otros jugadores y pueden proporcionar una manera segura de interactuar con amigos y compañeros.
- **Videochat:** Aplicaciones como Marco Polo le permiten enviar videomensajes que dan una mayor sensación de conversación que simplemente enviar textos. Además, los niños más pequeños que tengan dificultades para escribir, los pueden usar para mantenerse en contacto con sus amigos.



Conviértase en un Mentor y Facilitador del Aprendizaje

Si bien los niños tienen que cambiar del “modo-casa” al “modo-escuela” cuando van a aprender en línea, también los padres y cuidadores deben cambiar del “modo-madre/padre” al “modo-instructor.” Esto significa ayudar a su hijo a desarrollar buenos hábitos de aprendizaje y ayudar a eliminar cualquier barrera que impida un aprendizaje efectivo. También significa tener un enfoque positivo hacia el aprendizaje y manejar los problemas de manera constructiva. Esto no significa solucionarles todos sus problemas ni hacer la tarea por ellos.

CÓMO AYUDAR A SU HIJO A SER EXITOSO

Una gran parte de la experiencia escolar de sus hijos será moldeada por el ejemplo y la actitud que usted demuestre. Si los niños escuchan comentarios de menosprecio hacia sus profesores o hacia una actividad de aprendizaje en línea, por ejemplo, una experiencia positiva podría transformarse en negativa.

Claro está, hacerse cargo del aprendizaje en línea puede ser una tarea enorme. Tenga un poco de flexibilidad a medida se adapta a nuevas responsabilidades. La casa se puede volver un desorden. El horario se puede alterar. Esto es natural mientras su hijo se acostumbra a establecer una rutina nueva.

Recomendaciones para Apoyar a los Estudiantes en Casa

- Utilice una estrategia de control visible o calcomanías para mantener la concentración de los niños más pequeños al completar sus actividades escolares.
- Enseñe a su hijo buenos hábitos de aprendizaje, tales como tomar notas y mantenerse organizado.
- Ayude a los niños a mantenerse enfocados haciendo que escriban sus metas del día.
- Hable con los niños de mayor edad sobre hacer a un lado distracciones como las redes sociales durante el horario de escuela. Podría ayudarle a crear un perfil diferente de inicio de sesión en la computadora para bloquear el acceso a aplicaciones no relacionadas con el aprendizaje.
- Anime a los estudiantes a colaborar con sus compañeros en las tareas.

TIP:

Un buen mentor y facilitador de aprendizaje ayuda a los niños a sentir que tienen el control de su aprendizaje. Espere hasta que ellos le pidan ayuda antes de tratar de intervenir con una solución. Si presentan dificultad en algo, puede hacerles una pregunta como: “¿Dónde podrías obtener ayuda?” en lugar de darles la respuesta.

Verificaciones Diarias

Comunicándose con sus hijos todos los días ayuda a apoyarlos mientras desarrollan sus habilidades de autoadministración. Una forma de hacerlo es programar una verificación al final del día para preguntarle:

- ¿Qué lograste terminar hoy de lo que tenías planeado?
- ¿Qué descubriste? ¿Qué te resultó más difícil o más fácil?
- ¿Qué necesitas hacer hoy para que mañana sea un éxito?

TIP:

Si está buscando ideas adicionales para apoyar el aprendizaje de sus hijos en casa, visite [Learning Keeps Going](#).



TRABAJAR CON EL PROFESOR DE SU HIJO

El profesor de su hijo es el principal encargado de diseñar la experiencia de aprendizaje. Como un mentor y facilitador del aprendizaje, es esencial que exista una buena comunicación padre-profesor para que pueda apoyar a su hijo durante el proceso.

Es posible que desee comunicarse con el profesor de su hijo para establecer contacto, obtener respuestas sobre las tareas o pedir ayuda con algo en lo que su hijo esté teniendo inconvenientes. Cuando se comunique con los profesores, recuerde que su trabajo es complicado, y que quizás estén tratando de mantener el balance entre muchos estudiantes con distintas necesidades. Si comienza por agradecerles su trabajo, ayudará mucho en la relación.

Preguntas para el Profesor o la Escuela de su Hijo

- ¿Se utilizarán aplicaciones de aprendizaje de las que deba asegurarme de que mi hijo tenga acceso?
- ¿Con quién me comunico si tengo inconvenientes técnicos con las plataformas que utiliza la escuela para el aprendizaje en línea?
- ¿Qué materiales escolares necesitará mi hijo para tener éxito y cómo los consigo?
- ¿Cuáles son las rutinas de su aula y cómo las podemos apoyar en casa?
- ¿Cómo nos comunicamos con los consejeros o trabajadores sociales de la escuela?
- ¿Tiene alguna pregunta para nosotros los padres?

APOYANDO LAS NECESIDADES ESPECIALES

Si usted tiene un estudiante con necesidades especiales o en un Programa Educativo Individualizado (IEP, por sus siglas en inglés), hable con el personal de la escuela sobre qué opciones y servicios están disponibles para su aprendizaje a distancia. Si su hijo recibe terapia del habla, ocupacional o física, u otros servicios relacionados que ofrece su escuela, pregunte cómo continuarán esos servicios.

El sitio web [Educating All Learners](#) ofrece información sobre cómo apoyar las distintas necesidades de los estudiantes.

NO LO HAGAS SOLO

Recuerde, si se trata del aprendizaje en casa, usted forma parte de un equipo. No dude en pedir ayuda al personal de la escuela o a sus propios familiares cuando necesite apoyo. Por ejemplo, usted puede:

- Hacer equipo con algún familiar u otro padre para compartir la tarea de supervisión. Si no sabe a quién pedirle ayuda, contacte a su organización local de padres y profesores.
- Obtenga la ayuda de estudiantes de mayor edad o tutores profesionales en línea si su hijo necesita asistencia con un concepto o lección.
- Consulte al consejero o trabajador social de su escuela.

ISTE

**National
PTA**
cada niño. una voz.®