



DOCUMENTO 1 : APOYO A LAS FAMILIAS Y ALUMNADO

ADOLESCENTES EN CASA: CÓMO AYUDAR EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS ESCOLARES

Las familias se han visto en la situación de tener que asumir el papel de tutorizar y apoyar el proceso pedagógico de sus hijos, lo que supone un gran esfuerzo no sólo para el padre o la madre, también para el alumnado. Esta situación es significativamente más exigente para las familias cuyos hijos/as tienen alguna dificultad o problema como trastornos del aprendizaje, de la conducta, del desarrollo, etc.

A continuación, se presentan algunas recomendaciones para hacer de esta nueva situación una experiencia lo más productiva y exitosa posible.

- ✚ En estos días es necesario fijar una rutina y un horario a lo largo del día e intentar desarrollarlo con la mayor normalidad posible. Se debe incluir en ella:
- ✚ Ejercicio físico en casa (ver en plataforma rtve, cadena 2, el programa diario "Muévete en casa")
- ✚ Un buen desayuno, aseo diario, quitarse el pijama

Seguir recomendaciones de especialistas para afrontar el confinamiento:

- ✚ Procura que no se aíle en su cuarto, establece límites a la hora de irse a dormir, los horarios de las comidas y hábitos de higiene
- ✚ Haz seguimiento de sus tareas escolares, pero dale espacio y deja que se organice
- ✚ Evita discusiones innecesarias
- ✚ ¡Muy Importante!! Debemos desarrollar la sensación en el niño de "que es capaz de", de "que puede hacerlo". Cuando se tiene dicha sensación se activa la capacidad y la sensación de que uno puede influir sobre las circunstancias de la propia vida. Enseñar de manera positiva a los adolescentes a ser responsables, incrementa su sensación de poder.

LA RUTINA Y EL HORARIO A LO LARGO DEL DÍA DEBE INCLUIR:

- ✚ Una serie de horas diarias a trabajar los temas escolares. Sería adecuado ocupar al menos la mitad de las horas de la jornada escolar habitual. Por ejemplo, si nuestro hijo acude durante 6 horas diarias al IES, designaremos unas 3 horas como mínimo al trabajo escolar.
- ✚ PLANIFICAR y distribuir las tareas escolares entre los días de la semana, (al final de estas recomendaciones hay un anexo en el que plasmar dicha planificación).

EL ACUERDO entre familia y alumno

- **Objetivo:** "que el alumno planifique las actividades de esa semana en el documento **"PLANIFICA TUS TAREAS...para que no se te escape ni una"** ANEXO I QUE SE ADJUNTA A ESTE ESCRITO y realice las tareas de estudio en casa"
- **Madre o padre**, cada semana, ayudará al alumno/a a:
 - Identificar las tareas que el profesorado MANDA SEMANALMENTE
 - PLANIFICARÁ de forma realista, JUNTO CON EL ALUMNO/A LA AGENDA SEMANAL: escribir en el ANEXO 1 la distribución de tareas en los días de la semana.
 - Al final de la jornada supervisar las tareas terminadas.
- **El alumno/a** es responsable de:
 - ✓ Realizar las tareas escolares en el horario fijo pactado.
 - ✓ Cumplir el tiempo de descanso entre tareas terminadas.
 - ✓ Apuntar en el planning (ANEXO 1), todos los días, los deberes que se han terminado. Se pone una marca junto a la tarea terminada o con dudas; eje: LUNES:
 - ✓ 11 h. 2 ejercicios de mates a los deberes terminados.
 - Ingles, vocabulario y ejercicios de verbos. (sin hacer)

EL PROCEDIMIENTO a seguir durante la semana

- En el caso de que diga que **no sabe hacer la tarea**, se le podrá facilitar ayuda si la tarea es sencilla, y si no, se le pedirá que apunte sus "dudas" para preguntárselas al profesorado; apuntar dichas dudas en el documento de planificación POR DETRÁS. En el caso de no hacer la tarea proponer otra tarea alternativa.
- **¡Ojo!! Si el alumno presenta problemas de atención** es necesario analizar y secuenciar las tareas, descomponiéndolas en unidades, y facilitarle el autocontrol en la ejecución de cada una de las partes a través de la temporalización de éstas y el uso de instrumentos que le ayuden a autorregularse (temporizador, reloj, etc...). A lo mejor necesita más tiempo del pactado.
- Cuando finalice el tiempo de realización de tareas establecido, **los padres supervisarán las mismas**, comprobando si el alumno la ha terminado. En el caso de que sea así, se le permitirá disfrutar de alguna actividad (música, juego, ejercicio físico)

PLANIFICA TUS TAREAS *DEL LUNES 04 AL VIERNES 08 DE MAYO PARA QUE NO SE TE ESCAPE NI UNA*

LUNES 04 <i>Resistiremos</i>	MARTES 05 <i>Lávate las manos</i>	MIÉRCOLES 06 <i>Comparte tus preocupaciones</i>	JUEVES 07 <i>No te aisles en tu cuarto</i>	VIERNES 08 <i>pero quédate en casa</i>
☐ Mat, pág 12. Eje 3-4 y 12	☐	☐	☐	☐
☐ Leng.	☐	☐	☐	☐
☐ CCSS	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐
☐ Estudio	☐	☐	☐	☐
☐ Repaso	☐	☐	☐	☐

¡¡ Hola!! Durante **toooooodo el año**, quiero ayudarte a planificar ese millón y medio de cosas que siempre tiene que hacer. Prepárate y cada vez que termines una tarea señala en el recuadra una cruz. ¡**Apunta** lo que sea **SUPERRRRRRRRR IMPORTANTE**

!!! **NO OLVIDAR** !!! apunta la fechas de entrega de tus trabajos.

VIERNES 5 hasta las 15 h

