

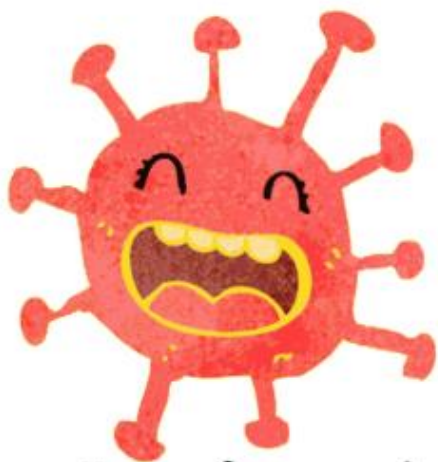


Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA

¡NO ESTAMOS DE VACIONES, ESTAMOS EN CUARENTENA!

Importancia de las rutinas y hábitos en el hogar.



Debido a la Infección por Coronavirus SARS-CoV-2 (llamada COVID-19) en el mundo, en la mayoría de los países se han adoptado medidas sanitarias que han ocasionado que padres, madres y cuidadores/as nos veamos enfrentados a un nuevo desafío:
El encierro de nuestras familias en casa.

¿Cómo gestionar esta situación cuando hay niños y niñas en casa?

¿De qué forma podemos convertir esta situación en una oportunidad para nuestra familia?

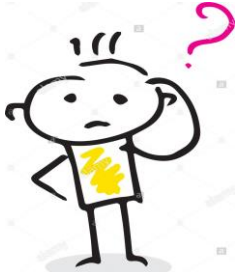
¿Qué ocupaciones se encuentra alterada en los niños producto a la cuarentena?





Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA



En el caso de los niños, su principal ocupación es la **escuela** y el **juego**, por lo que la situación de cuarentena ha generado una alteración de estas, lo llamamos **Desequilibrio ocupacional**, dado que, estando en casa se otorga más tiempo al ocio, tiempo libre y al juego, utilizando en menor medida el tiempo de estudios y participación en sus actividades cotidianas.

Entonces, ¿Qué medidas podemos tomar para que los niños vuelvan a su Equilibrio ocupacional?



**Para ello
debemos
confeccionar
una rutina**



Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA



¿CÚAL ES LA IMPORTANCIA?

Planear rutinas **SEGURIDAD, ESTABILIDAD Y COMPRENSIÓN** de un contexto que ha cambiado y pueda llegar a perecer. Gracias a la rutina los niños pueden sus actividades, de manera que se produzca un equilibrio entre sus actividades productivas y/o de ocio. Esta organización ayuda a los hábitos y los hábitos fomentan el aprendizaje.

En este contexto, el consejo de mantener un horario y una rutina es fundamental, ayudarles a los niños a comprender por qué no debemos salir de casa, no por el miedo a contagiarnos, sino porque de esta manera estamos protegiendo a personas de salud frágil, y estamos realizando un acto lleno de valor y sentido trascendente.





Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA

Si logramos gestionar estos espacios, puede impactar positivamente en el **VÍNCULO AFECTIVO** que establecemos con nuestros hijos/as...

¡Este periodo es una gran oportunidad para ello!

¿QUÉ ASPECTOS DEBO CONSIDERAR AL CONFECCIONAR LA RUTINA?



La rutina debe ser adecuada a las necesidades educativas ,
emocionales y sensoriales de cada niño



Idealmente confeccionarla en conjunto con el niño



Debe ser realista a las obligaciones de los padres, por
ejemplo. **NO PROMETER** al niño actividades u objetos que no
se puedan obtener.



La rutina debe a lo menos involucrar 2 hrs de tareas
escolares en menores de 9 años y en niños con
dificultades atencionales, parcelando el tiempo en 4 (30
minutos cada una), si el niños es mayor de 9 años debe
ser parcelada en 2 tiempos (1 hora cada una)



Incluir recreos (donde el niño haga uso de su
tiempo libre en lo que desee).



Incluir actividades de la vida diaria básicas e
instrumentales acorde a su edad (que se vista solo,
higiene, que ayude en las tareas de la hogar etc.)
Con el fin de potenciar su independencia.



Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA

¿COMÓ PUEDO HACER UNA RUTINA?

Lo mejor que podemos hacer es confeccionar una rutina visual, observable y concreta, de esta manera es más fácil para el niño seguir cada paso. POR EJEMPLO: CON PICTOGRAMAS, LOS CUALES SE PUEDEN ENCONTRAR EN:

1. <http://www.arasaac.org/>
2. <https://www.pictotraductor.com/>

Las rutinas pueden ser de tipo:

CIRCULARES O TIPO RELOJ



TIPO HORARIO

horario	lunes	martes	Miércoles	jueves	Viernes	Sábado	Domingo
9:00-9:30	Despertar y levantarse						
9:30-10:00	Bañarse						
10:00-10:35	Tomar desayuno						

VERTICALES

LUNES	
	desayuno
	nido
	almuerzo
	tareas
	juego
	merienda
	deporte / paseo
	baño
	cena
	dormir



Colegio Esperanza
Proyecto de Integración Escolar (P.I.E.)

COMUNICADO PARA APODERADOS DEL COLEGIO ESPERANZA

Durante este tiempo que los alumnos se mantendrán en casa, podemos apoyar su desarrollo poniendo en práctica las sugerencias mencionadas anteriormente. Es importante continuar con una rutina estructurada que combine actividades académicas, lúdicas y de autocuidado, respetando los horarios que suelen tener, para ayudar la adaptación de este nuevo periodo.

Atentamente

Equipo Proyecto de Integración Escolar (P.I.E), Colegio Esperanza