

1 Mantén el contacto con el centro

Asegúrate de tener acceso a PASEN,

el servicio oficial de la Consejería de Educación y Deporte para la comunicación entre los centros educativos y las familias. Si aún no tienes las claves para acceder solo necesitas tu DNI, tu número de teléfono, un poco de tiempo y leer las siguientes instrucciones:

<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalseneca/web/pasen/inicio>

También puedes acceder a PASEN desde tu móvil, con la aplicación iPASEN:



Toda la información oficial relativa a la situación actual se publicará en la página web de la Consejería de Educación y Deporte.

<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/ced>

La comunicación de las familias con el equipo docente se hará a través de la persona encargada de la tutoría.



2 Trata la nueva situación en familia

Es muy importante que todos los miembros de la familia, independientemente de su edad, hablen y comprendan la excepcionalidad de esta nueva situación, los motivos que la han provocado y lo que va a implicar en su rutina diaria.

Las dudas que le surjan a los menores se aclararán sin alarmar, siempre con una actitud tranquila, inspirando seguridad y transmitiendo la solidaridad que implica que todas las personas permanezcamos en casa como medida preventiva.



3 Establece una rutina de estudio diaria

Es recomendable establecer una rutina de estudio diario, preferiblemente acordada entre toda la familia y con el compromiso por parte de todos de respetarla una vez definida.

Para establecer la rutina diaria sigue las indicaciones que se hagan por parte del profesorado del centro. Estas indicaciones podrán incluir vías de comunicación y recursos digitales que estarán a disposición del alumnado.

Ayúdales a acceder a ellos y a que aprendan a utilizarlos adecuadamente.

Para evitar las consecuencias de un periodo de menor actividad física por parte del alumnado, las familias deben seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias para cuidar su alimentación y su forma física .



4 Deja tiempo para el ocio

Tras el estudio o los deberes, deja que los más pequeños y las más pequeñas se distraigan jugando, bailando, realizando actividades manuales, y a ratos viendo la televisión,...

❶ Escuelas de familias:

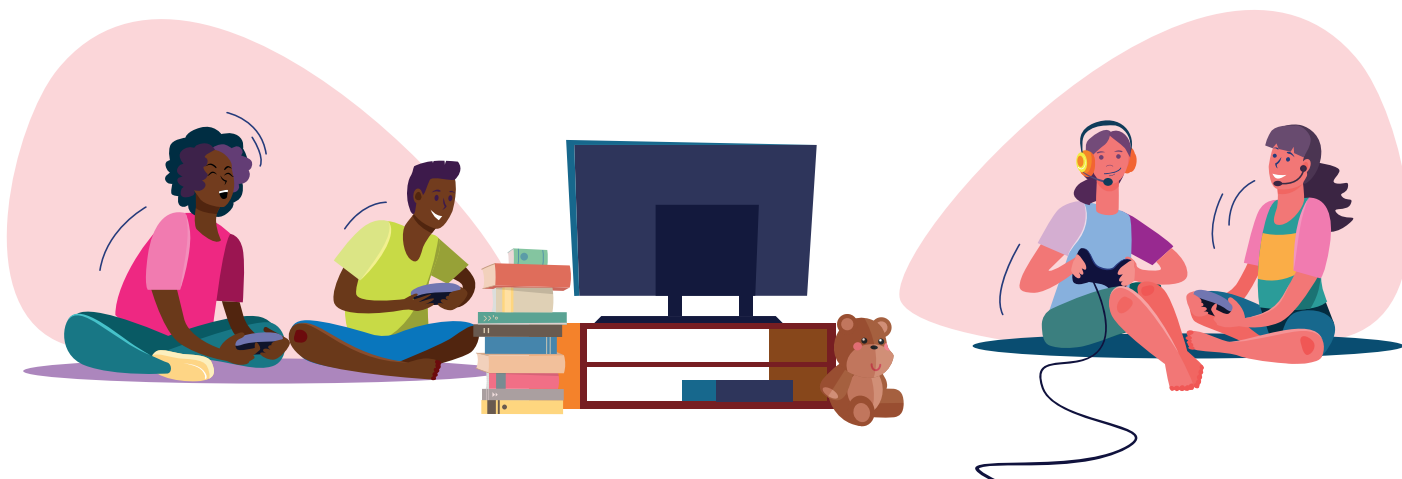
<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/escuela-familias>

❷ Inteligencia emocional y creatividad:

<http://www.educacionyfp.gob.es/educacion/mc/neurociencia-educativa/recursos/recursos-iemocional-creatividad/aplicaciones.html>

❸ Colección familias lectoras:

<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/web/familias-lectoras/coleccion-familias-lectoras>



5 Ten en cuenta la etapa educativa y la edad de tus hijos e hijas

- **Infantil:** En edades tan tempranas es muy importante mantener el equilibrio entre tareas. Alternar tareas manipulativas o creativas con otras más didácticas facilitará su concentración y motivación. Los tiempos de descanso deben ser mayores.
- **Primaria:** Se debería centrar la atención en no perder el hábito de lectura y la rutina diaria de tareas marcadas por el profesorado.
- **Secundaria:** En esta etapa lo más aconsejable es sostener su motivación para no perder la rutina diaria de estudio.
- **Bachillerato:** En el caso del alumnado mayor es recomendable que no rompan el ritmo de trabajo que tienen actualmente, por lo que habría que concentrar los esfuerzos en mantenerlo o incluso adquirirlo o mejorarlo. En el caso específico de 2º de Bachillerato es esencial que dediquen ese tiempo a reforzar lo ya adquirido y, sobre todo, cumplir con las indicaciones que vayan recibiendo desde su equipo docente vía telemática.



¡ACOMPaña Y APOYA!