

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo(a) que asiste a la escuela primaria a mantenerse concentrado(a) durante la enseñanza virtual?

FOLLETO DE CONSEJOS PARA PADRES

La enseñanza virtual no suele ser fácil. Si le está costando trabajo ayudar a su hijo(a), ¡usted no está solo! Aquí tiene algunos consejos útiles que pueden ayudarle.

Consejo 1: Prepare un área de trabajo ordenada.

Los pupitres en algunas aulas son solo de 18 pulgadas x 24 pulgadas. El área de trabajo de su hijo(a) no tiene que ser grande o de lujo. ¡No se complique!



Diga esto

- “Creemos un área de trabajo que te ayude a mantenerte concentrado durante la enseñanza virtual”.
- “¿Cómo podemos organizar tu área de trabajo mejor de lo que está ahora?”



Haga esto

- Aliente a su hijo(a) a ayudar a preparar su nueva área de trabajo. Si su hijo(a) ayuda, puede que se sienta más interesado(a) en su área de trabajo.
- ¿La mesa de la cocina es pequeña? ¡No hay problema! Para crear el área de trabajo, separe una sección con el uso de carpetas, cartones, cajas de cereales, o incluso plantas de interiores como divisores.



Pruebe hacer esto

- Observe a su hijo(a) participar en una clase virtual. ¿Esta nueva área de trabajo le ayuda a mantenerse concentrado(a)?
- Si su hijo(a) tiene dificultades para permanecer sentado(a) o trabajar en una mesa durante horas, permítale cambiar de ubicación o ponerse de pie mientras trabaja.

Si su hijo(a) se distrae o se frustra fácilmente, use un temporizador para dividir la enseñanza en períodos más cortos. Cuando su hijo(a) necesite un descanso mental, permítale apagar la pantalla durante un minuto o dos.

Consejo 2: Minimice las distracciones

Al igual que en la escuela, es posible que su hijo(a) se distraiga durante la enseñanza virtual. ¡Mantener a su hijo(a) concentrado(a) puede ser muy sencillo!



Diga esto

- “¿Qué te ayuda a concentrarte durante la enseñanza virtual?”
- “¿Qué es lo que te distrae durante la enseñanza virtual?”



Haga esto

- Una vez que determine lo que su hijo(a) considera una distracción, prepare una lista de cosas que su hijo(a) debe hacer antes de iniciar sesión (por ejemplo, usar el baño, apagar el televisor, guardar el teléfono).
- Deje que su hijo(a) use audífonos para ayudarle a concentrarse en la instrucción de la clase en lugar de distraerse con otros ruidos.



Pruebe hacer esto

- Pida al maestro de su hijo(a) que le envíe un mensaje de correo electrónico o de texto después de la clase para informarle si su hijo(a) tuvo problemas para concentrarse durante la instrucción virtual.
- En base a lo que le diga el maestro, piense en maneras de limitar las distracciones en el futuro.

Para reducir las distracciones de los compañeros de aula configure la pantalla de modo que su hijo(a) solo pueda ver al maestro y lo que se haya compartido en pantalla.

Consejo 3: Entable relaciones maestro-alumno.

Por lo general, los estudiantes que tienen una relación positiva con su maestro participan más en clase. Alerta de información positiva: Su hijo(a) puede entablar una relación con su maestro, incluso durante la enseñanza virtual.



Diga esto

- “Programemos un horario para charlar con tu nueva maestra”.
- “De seguro le encantaría escuchar acerca de _____ (p.ej., tu nuevo libro, lo que hiciste este fin de semana)”.



Haga esto

- Ayude a su hijo a establecer una breve video charla con su maestro, aunque solo sea de 5 o 10 minutos. La frecuencia con la que puede hacer esto dependerá de las necesidades de su hijo y la disponibilidad del maestro.
- Aliente a su hijo(a) a compartir con su maestro sus intereses, mostrarle sus mascotas, y tener una conversación divertida y relajada.



Pruebe hacer esto

- Hágle preguntas a su hijo(a) sobre la charla con su maestro. ¿Se ve más interesado(a) después de la breve video charla?
- Establezca horarios fijos (semanalmente, mensualmente) para que su hijo(a) se reúna con su maestro.

Referencias

1. Webster, K. (2020). *Back to (virtual) school tips—for parents (Consejos para padres, de regreso a clases (virtuales))*. <https://www.uml.edu/news/stories/2020/education-parent-tips.aspx>
1. Branstetter, R. (2020). *How parents can support children with special needs during distance learning (Cómo los padres pueden apoyar a sus hijos con necesidades especiales durante el aprendizaje a distancia)*. <https://greater-good.berkeley.edu/article/item/how-parents-can-support-children-with-special-needs-during-distance-learning>
2. Carling, L. (2020). *8 tips to help your child focus and stay engaged during distance learning (8 consejos para ayudar a su hijo(a) a concentrarse y no distraerse durante el aprendizaje a distancia)*. <https://education.jhu.edu/2020/04/8tipsforfocus/>
3. Zaiets, K., & Loehrke, J. (2020). *These online learning tips will help parents prepare for a successful school year, even if it is virtual (Estos consejos de enseñanza virtual ayudarán a los padres a prepararse para un exitoso año escolar, incluso aunque sea virtual)*. <https://www.usatoday.com/in-depth/news/2020/08/06/covid-19-tips-parents-successful-online-learning-virtual-classes-zoom/3303918001/>