



La educación
es de todos

Mineducación



Sector Educativo al Servicio de la Vida: **juntos para existir, convivir y aprender**

Orientaciones a las familias para apoyar la implementación de la educación y trabajo académico en casa durante la emergencia sanitaria por Covid 19



1	Carta de bienvenida	3
2	Punto de partida: Organizar las dinámicas en familia	4
3	Preparándonos como familia para el trabajo académico en casa, y el aprendizaje autónomo.	5
4	¡Es tiempo para cuidarnos, aprender y fortalecernos juntos!	10
5	Estrategias y recomendaciones para niños, niñas, adolescentes y jóvenes con discapacidad	11
6	Recursos y actividades para desarrollar en familia a. Explore los materiales entregados por el MEN b. Cómo y cuándo usarlos	12
7	Recursos y actividades para desarrollar en familia	13
8	Referencias	14

Queridas familias y cuidadores, reciban un saludo afectuoso de parte del Ministerio de Educación Nacional

Les enviamos un mensaje de tranquilidad, confianza y apoyo solidario. Vivimos momentos que nos invitan a compartir tiempo en casa como familia, y aunque en un ambiente de incertidumbre, esto es una gran oportunidad para el aprendizaje y el afianzamiento de nuestros vínculos. ¡Ánimo! Juntos sortaremos las dificultades, y lograremos sacar de esta situación su mayor provecho.

La llegada del Coronavirus 2019- (COVID-19) al país, ha generado que el Gobierno Nacional, en coordinación con las autoridades territoriales, implementen medidas sobre las que no teníamos precedentes en la historia reciente de Colombia, buscando con ello proteger la vida y la salud de todos los colombianos, especialmente de quienes son más vulnerables.

Las autoridades y los medios de comunicación han estado orientando sobre la importancia de aplicar medidas de higiene, aislamiento social, y cuidado para prevenir el contagio, y en este paquete de materiales que hoy ponemos a su disposición, encontrarán una cartilla que presenta recomendaciones para mantener las prácticas de prevención, y en caso de requerirse, atención de síntomas.

El Decreto 457 del 22 de marzo de 2020, estableció la cuarentena o aislamiento social preventivo obligatorio. Esta medida se suma a la modificación del calendario escolar y la suspensión de la jornada escolar presencial de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, socializado con la circular 20 del 16 de marzo de 2020. En línea con ello, el Ministerio ha dispuesto que luego de la jornada de desarrollo institucional y el periodo de vacaciones y receso escolar, se dé inicio a una estrategia de Trabajo Académico en Casa y Educación y aprendizaje en casa.

Entendemos que estas disposiciones generen inquietudes y preocupaciones frente al trabajo adicional y obligaciones que deberán asumir las familias, y las implicaciones en su vida cotidiana. Esta cartilla tiene como propósito brindarles orientaciones para apoyar la implementación de esta estrategia de educación y aprendizaje en casa durante la

emergencia sanitaria, asegurando así que no se suspenda el proceso educativo de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, estudiantes del sector oficial.

En un trabajo articulado entre maestros, directivos docentes, secretarías de educación y Ministerio, hemos venido haciendo ajustes y adaptaciones para entregar a ustedes materiales, guías y orientaciones que permitan dar continuidad a los planes de estudio de sus niños, niñas y adolescentes y potenciar su aprendizaje durante el aislamiento preventivo obligatorio, en un trabajo articulado y solidario familia- escuela.

Esperamos que las orientaciones y recursos educativos que estamos y seguiremos entregando, contribuyan a la reorganización de las dinámicas familiares, rutinas y prácticas cotidianas, afectadas por las medidas de emergencia, a través de la puesta en marcha de un plan de estudio en casa que favorezca la autonomía de los niños, niñas y adolescentes, fortalezca sus habilidades y promueva actividades en familia desde el afecto, el respeto y el trabajo en equipo.

Maestros, niños, niñas, adolescentes y jóvenes y familias tenemos un gran reto: adaptar los esquemas con los que tradicionalmente hemos entendido la educación a esta nueva realidad, y sacar el mayor provecho posible para salir fortalecidos de esta experiencia.

Cada Institución Educativa y sus docentes determinarán las estrategias, recursos y guías para el plan de trabajo académico en casa de acuerdo con las características de las familias, las edades de los estudiantes, los recursos disponibles, las facilidades del entorno y los propósitos formativos según el grado cursado por cada niño, niña, adolescente o joven.

Los invitamos a leer detenidamente las orientaciones descritas a continuación. En ellas encontrarán alternativas para compartir este tiempo en familia; mantener el auto cuidado y cuidado de todos en casa; estrechar vínculos y mantener una sana convivencia; utilizar las guías y materiales que estamos entregando desde el Ministerio de Educación Nacional con el fin de apoyar el trabajo educativo en casa.



Punto de partida: Organizar las dinámicas en familia

En estos momentos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes necesitan que los adultos les den seguridad, les brinden amor y afecto, y les muestren, con el ejemplo, que a través del diálogo, con paciencia, empatía, comunicación asertiva y respeto se pueden sortear las dificultades y desafíos.

Esta situación es nueva para todos, incluyendo los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de la familia, quienes están recibiendo información a través de los medios de comunicación, y escuchando las conversaciones de los adultos. Ellos perciben la tensión, preocupación y ansiedad, aunque muchas veces no sepan cómo asimilarla.

Por esto, y por los cambios en sus rutinas diarias, es esperable tengan manifestaciones de frustración, disgusto y temor con conductas combativas o agresivas, y sean desbordados por sus emociones. Es importante que como adultos les ayudemos a darle un lugar a esas emociones, a reconocerlas y a gestionarlas de forma

adecuada. Siempre que sea necesario, brinde espacios para conversar y reflexionar sobre sus sentimientos y preocupaciones. Explique la importancia de que todos estemos en casa estos días para cuidarnos unos a otros, para evitar la propagación del virus y promover el diálogo y una actitud positiva para atender las tensiones y conflictos, que es normal se presenten cuando estamos juntos durante un tiempo prolongado en un espacio reducido. Establezcan en familia pautas y normas basadas en el respeto, el afecto y el bienestar de todos. Sea consistente y utilice el diálogo comprensivo para corregir y orientar.

Dedique tiempo a actividades familiares como cocinar, contar cuentos, jugar, interpretar algún instrumento musical, o un juego de mesa familiar. Actividades que, en muchas ocasiones, la rutina diaria no permitía desarrollar.

Otra estrategia fácil de implementar es que los adultos propongan a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes que escriban o dibujen (plasmén) lo que sienten o compartan una reflexión de lo que ha estado ocurriendo y conversen sobre ello.



Preparándonos como familia para el trabajo académico en casa, y el aprendizaje autónomo

La implementación del plan de trabajo académico en casa, la educación y aprendizaje en casa y el aprendizaje autónomo no será sencillo, y constituye un gran reto para los maestros, familias, y niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Es fundamental trabajar en equipo y de manera coordinada para alcanzar los logros propuestos.

En primer lugar, asegúrese que comprenden las orientaciones y directrices brindadas por las directivas docentes y maestros para iniciar el Plan de Trabajo Académico en Casa y Educación y aprendizaje en casa, y de no ser así, busque opciones para contactar al docente o la institución educativa con el fin de aclarar sus inquietudes. Contacte a otras familias o compañeros de estudio para ser retroalimentado si lo considera oportuno.

Para dar inicio a la nueva estrategia, le recomendamos:



Establecer rutinas: mantengan o definan tiempos para aprender, jugar, ayudar en casa y descansar. En la medida de lo posible mantengan los horarios que funcionaban antes de la medida de aislamiento social. Horarios para levantarse y acostarse, asearse, comer, realizar el trabajo escolar/laboral, apoyar los oficios del hogar, jugar, hacer actividad física y descansar.



Conocer la situación: es importante explicar a los niños más pequeños los compromisos laborales y personales de las familias/cuidadores y los tiempos durante el día en que podrán atenderlos, y aquellos en que aun estando en casa, no estarán disponibles porque están trabajando o desarrollando otra actividad.



Disponer y adecuar espacios en el hogar: en familia y en la medida en que sea posible, defina el espacio en donde estarán desarrollando las tareas escolares y laborales cada integrante de la familia, y las reglas y acuerdos para el funcionamiento de esta organización del hogar (aseo, manejo del ruido, iluminación, juegos que distraigan, etc). El comedor o sala, ojalá con una mesa, son lugares más propicios que una cama en una habitación con el televisor encendido. Igualmente dispongan de un espacio para alojar el material y elementos de trabajo de los niños. Regularmente estos materiales no están en casa y no establecer un lugar para ellos puede generar desorden y malestar.



Definir tiempos de acompañamiento y supervisión: La puesta en marcha de una modalidad de estudio y aprendizaje en casa y trabajo académico en casa implica la necesidad de destinar algún tiempo al acompañamiento y supervisión de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Es importante que los adultos a cargo acuerden la distribución de esta función durante la jornada y a lo largo del periodo de aplicación de la medida de aislamiento.



Preparar cada jornada diaria: al inicio de la mañana y antes de iniciar el plan de estudios diario, dedique 15 minutos a revisar con el niño, niña o adolescente, las guías o tareas establecidas para la jornada, los objetivos previstos para el día, y verifique los materiales y recursos que requiere para desarrollarlos. Elabore con ellos un horario que puedan tener a la vista y deje a su alcance los recursos o materiales necesarios.



Organizar tiempos para todo: propiciar un ambiente con tiempos para aprender, jugar, ayudar en casa, revisar pautas de autocuidado y descansar. Promueva espacios para la actividad física, busque realizarlo en familia, utilizando los recursos disponibles (acceso a plataformas de ejercicios online, videos o audios con instrucciones de movimiento, o simplemente poniendo algo de música y creando sus propias rutinas de movimientos y ejercicios físicos)

Tenga presente que la autonomía o capacidad de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes para desarrollar las actividades y tareas propuestas por la escuela de manera independiente y sin acompañamiento, es progresiva. Entre más pequeños, los niños y niñas necesitarán más acompañamiento de sus familias o cuidadores. De igual forma, los primeros días serán más demandantes mientras se instalan en la casa las nuevas reglas y rutinas, y los estudiantes comprenden la nueva dinámica escolar y descubren las oportunidades que esta circunstancia ofrece para crecer, compartir y aprender.

Sea paciente, esta es una nueva experiencia para todos, y los niños necesitan un tiempo para comprender adaptarse. Cada avance es un gran logro que bien vale celebrar.

En simultáneo con el desarrollo del plan de trabajo en casa, los directivos y docentes estarán diseñando nuevas propuestas de actividades pedagógicas, por esto, es posible que les tome más tiempo responder a sus solicitudes de información. ¡Paciencia!, recuerde que todos estamos aprendiendo de la nueva situación.

¡Importante!

Confirme con su institución educativa (por los medios que ellos hayan dispuesto) el método de comunicación que van a establecer con las familias.

Al inicio del día y al final de este, haga un repaso de las tareas y actividades propuestas para el día y las que finalmente se cumplieron.

En la escuela regular, los estudiantes tienen la posibilidad de constatar con compañeros, profesores y otros actores, que comprendieron la tarea asignada y resolver inquietudes. Estas posibilidades se verán menguadas en el nuevo escenario. Por esto, es importante que usted como adulto le ayude a verificar que comprende la instrucción o a ubicar la información para poder desarrollar la tarea. (puede considerar opciones como ponerse en contacto vía telefónica con algún compañero o familia)

Durante el transcurso del día, “de vueltas” con cierta frecuencia de acuerdo con sus posibilidades, acérquese y pregúntele por lo que está haciendo y si tiene alguna inquietud que deba resolver. No espere a hacerlo solo al final del día.

Al igual que cuando la escuela funciona de manera regular, son los estudiantes los que deben adelantar las tareas o actividades asignadas, no los adultos. su función es motivar, acompañar y ayudar a comprender la tarea a realizar, no hacerla!

Recuerde tener paciencia y comprensión. Este es un proceso nuevo para todos, incluidos niños, niñas y adolescentes. Si tiene más de un niño en casa, evite las comparaciones, recuerde que cada uno por su edad y características particulares, requiere un nivel de acompañamiento distinto y particular.

Con todos los integrantes de la familia en casa, las posibilidades de realizar actividad física se verán afectadas. Ya no está el parque o espacios abiertos para correr, jugar a la pelota o entrenar algún deporte. Es necesario encontrar alternativas y asegurarse de que diariamente todos en el hogar realizan alguna actividad física. Esto es fundamental para mantener la buena salud física y mental y una oportunidad para compartir en familia. Dedique diariamente por lo menos 15 minutos a ello.



Estas son algunas actividades que promoverán la organización de las dinámicas en familia:

Familias y Cuidadores	Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes
<p>Explique a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes lo que está pasando: En estos momentos, sus niños, niñas, adolescentes y jóvenes pueden no entender exactamente lo que está pasando en el mundo. Dedíqueles un rato importante para explicar toda la situación y cómo, al quedarnos en casa, podemos empezar a prevenir la dispersión del virus.</p>	<p>Mantenga las rutinas: Prepárese para aprender como si fuera a ir a su institución educativa. Organizando el espacio para el desarrollo de las actividades y contando con el apoyo de su familia.</p>
<p>Establezca un lugar apropiado para trabajar: Busque un sitio y adecúelo para realizar de manera cómoda las diferentes actividades propuestas. Esto puede ser un escritorio o la mesa donde comen, lo importante es que sea un sitio que tenga buena luz y que sea lo más agradable posible.</p>	<p>Mantenga un registro de sus actividades: El registro en diario personal y/u otras tareas creativas de escritura pueden ayudar a los estudiantes a procesar sus pensamientos, preocupaciones y emociones, particularmente en tiempos de crisis. Los estudiantes también podrían usar otros medios, como video, dibujo, pintura y música.</p>
<p>Empodere a sus niños, niñas y adolescentes: tenga conversaciones profundas de por qué debemos autorregularlos, promueva que ellos sean dueños de su aprendizaje y realmente reconozcan la importancia de mantenerse activos en su aprendizaje.</p>	<p>Consulte al maestro siempre que así lo considere necesario. No tener miedo a hacer preguntas aunque parezcan ridículas, de estas es de las que más se aprende. Es normal que le tome un tiempo habituarse a las nuevas dinámicas de trabajo en caso, dispóngase para el cambio y sea tolerante con las situaciones que generen mayor reto o dificultad.</p>
<p>Establezca reglas para mantenerlos seguros si están trabajando en internet: internet tiene grandes ventajas y algunos retos. Para esto trabaje con niños, niñas, adolescentes y jóvenes en establecer muy claramente qué pueden y qué no pueden hacer en internet y haga monitoreo de que esos acuerdos se estén cumpliendo.</p>	<p>Mantenga contacto telefónico o virtual con los compañeros, previos acuerdos de tiempos para contactarse, esto permitirá aclarar inquietudes y mantener la comunicación con los pares. Compartir el proceso de aprendizaje en el grupo.</p>



Familias y Cuidadores	Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes
<p>Involúcrese en el aprendizaje de sus niños, niñas, adolescentes y jóvenes: si bien ellos son los responsables de su aprendizaje pregunte con frecuencia qué tipo de cosas están haciendo, cómo lo están haciendo y si necesitan alguna ayuda. Recuerde que las instituciones educativas están tanto para ayudar tanto a los estudiantes como a las familias.</p>	<p>Encuentre cosas que le gusten: aproveche para hacer cosas sencillas, creando espacios cortos de descanso entre cada una de las actividades de estudio. Buscar información para fortalecer sus competencias y habilidades respecto a los conocimientos tecnológicos.</p>
<p>Mantenga las rutinas: Es importante diferenciar que esta no es una época de vacaciones y que el aprendizaje continúa. Por esto, mantenga la rutina de los niños y jóvenes lo que más pueda. Esto quiere decir que ellos se deben levantar, vestir y estar listos para el aprendizaje al igual que si estuvieran asistiendo de manera presencial. Las rutinas ayudarán a los estudiantes a estar más dispuestos a aprender.</p>	<p>Mantenga la conexión con amigos, colegas, chequear como están sintiendo, intercambiar ideas sobre como hacer un uso responsable de este tiempo en casa.</p>
<p>Inicie el día revisando con los niños, niñas y adolescentes la agenda del día: las asignaturas y actividades a desarrollar, los materiales que se requieren, los tiempos de descanso, los tiempos de apoyo a labores del hogar, los tiempos de alimentación, los apoyos o acompañamientos que requerirán para desarrollar las tareas asignadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es una buena forma para que todos, grandes y chicos, procesemos la información de lo que hay que hacer, ayuda a organizarse y establecer prioridades. Los niños mayores y adolescentes, podrán realizarlo de manera autónoma. 	<p>Inicie el día revisando la agenda del día: las asignaturas y actividades a desarrollar, los materiales que se requieren, los tiempos de descanso, los tiempos de apoyo a labores del hogar, los tiempos de alimentación, los apoyos o acompañamientos que requerirán para desarrollar las tareas asignadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es una buena forma para que todos, grandes y chicos, procesemos la información de lo que hay que hacer, ayuda a organizarse y establecer prioridades.

Tabla 1. Dinámicas sugeridas para las familias.

Para el manejo de las emociones como la preocupación y la ansiedad

El reconocimiento de las emociones con las que inicie el día usted y los integrantes de la familia, así como la intención de mantener un estado de serenidad y tolerancia, facilitará establecer relaciones de comunicación asertiva con sus familiares, lo que será un aspecto central para mantener ambientes positivos de cordialidad, calidez y respeto a lo largo del día en el hogar.

Puede ser inevitable para algunas personas sentir preocupación o ansiedad para lo que es importante recordar que se trata de una medida basada en la solidaridad que exige que todos pongamos lo mejor de nosotros mismos. Como medidas para gestionar emociones como la preocupación y la ansiedad se recomienda:

- Cumplir con los acuerdos definidos en las rutinas diarias y semanales.
- Expresar las emociones y dialogarlas en familia.
- Cuidar la alimentación de manera que se mantenga dentro de hábitos saludables.
- Cultivar la empatía entre los integrantes de la familia, poniéndose en los zapatos de los demás.
- Recordar que esta es una medida que pasará y que todos en casa son útiles en la dinámica familiar para el momento presente y futuro.

Es importante supervisar y controlar asertivamente el tiempo que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes pasan conectados a pantallas (computador, dispositivos móviles, televisión). Igualmente es necesario supervisar las páginas y contenidos que visitan.

Todos estamos aprendiendo, es posible que algunos maestros e Instituciones Educativas cuenten con mayores facilidades para el aprendizaje y aprendizaje en casa, pero en general, la mayoría no son expertos en esta modalidad de trabajo autónomo; por esto es necesario comprender el momento en el que estamos todos, agradecemos su paciencia y comprensión mientras todos nos adecuamos a esta nueva modalidad de estudio.

Una recomendación importante y que se hace más necesaria con niños o adolescentes mayores. Promueva que mantenga contacto social. Haga uso de las facilidades de las nuevas tecnologías como teléfonos, móviles, redes sociales, plataformas, etc. Esto promueve y es un factor protector de su salud mental y emocional. El entusiasmo por no ir a la escuela se irá reduciendo cuando empiecen a extrañar a sus amigos y compañeros. Es muy importante promover que mantengan el contacto con sus amigos.

En cuanto a los jóvenes y adolescentes, es importante ser conscientes del momento vital en el que están. El acompañamiento en casa debe centrarse en afianzar la autonomía, la toma responsable de decisiones y motivar en ellos la esperanza de construir proyectos de vida. Para lograrlo, las familias deben facilitar preguntas y actividades que lo inviten a reflexionar sobre sus gustos, intereses y expectativas frente al futuro. Este es un momento para reflexionar a profundidad sobre la definición a la definición de metas y objetivos en el corto, mediano y largo plazo.

Si bien la invitación es a que promueva la interacción social, establezca reglas en torno al uso de las redes sociales, y recuerde, estos no son canales oficiales de comunicación escolar. Se recomienda que los adultos supervisen el uso de las redes sociales y orienten para evitar comunicaciones inapropiadas, burlas o manifestaciones de acoso hacia otros niños, niñas, adolescentes o jóvenes.



¡Recuerde!

El reconocimiento de emociones, el diálogo y el establecimiento de rutinas como familia, (organizando tiempos para las diferentes actividades individuales y colectivas) son claves para la puesta en marcha del Plan de Trabajo Académico en Casa.

¡Es tiempo para cuidarnos, aprender y fortalecernos juntos!

Este tiempo en familia en un mismo espacio, nos invita al autocuidado y el cuidado de los otros, a la autogestión para continuar con el desarrollo de las actividades que nos permitan cumplir con las diferentes responsabilidades, tramitar las posibles emociones negativas y los conflictos que surjan a lo largo de los días. A continuación, se proponen algunas conductas que pueden ayudar a toda la familia a transitar estos días en armonía.

Como una propuesta de actividad en familia, pueden entre todos escribirlas (o las que elijan) en un papel grande y pegarlas en un lugar visible para todos:



Autodisciplina: contar un plan familiar e individual semanal en el compromiso de cada integrante de la familia es fundamental. Algunas preguntas que como familia debemos resolver semanalmente son: ¿qué debemos hacer esta semana? ¿cómo nos distribuimos las actividades para la organización de casa?



Responsabilidad: el grado de responsabilidad de cada integrante de la familia es fundamental, los niños, niñas, adolescentes y jóvenes deben involucrarse 100% en sus tareas de aprendizaje, los adultos deben estar presentes para acompañar el desarrollo de las mismas de acuerdo con las orientaciones que reciba de su Institución Educativa además de responder a sus compromisos laborales, cuando sea el caso.



Orden: la presencia de todos los integrantes de la familia en casa, multiplica la posibilidad de desordenar y no poner las cosas en su lugar. Esto puede ser desencadenante de conflictos y disgustos. Cada uno debe conocer sus responsabilidades en el mantenimiento del espacio compartido.



Comunicación: es uno de los elementos más importantes para mantener un ambiente positivo durante este tiempo. Una comunicación asertiva y positiva es la clave para manejar los conflictos que puedan surgir. También es una invitación a que se mantenga una comunicación constante con Directivos del Colegio y los Docentes de acuerdo a los canales que se hayan establecido y los recursos con que cuenta la familia para orientar la organización y desarrollo de las actividades diarias y semanales.



Gestión/administración del tiempo: una agenda es esencial para poder administrar las actividades eficazmente y de igual forma cumplir con las entregas de actividades, la clave es administrar de una forma conveniente el tiempo. Escriba o disponga en forma física del “horario o agenda”.



Motivación y actitud positiva: Promover y mantener el buen ánimo y disposición para realizar las labores y superar los retos y dificultades que encontraremos mientras todos en casa nos adaptamos. Reconocer los logros como familia, expresar los momentos en los que hemos logrado desarrollar efectivamente las actividades familiares. Para esto pueden elaborar un tablero de logros de la familia, donde cada integrante puede registrar sus reflexiones y aprendizajes.

Nos ayudará mucho en este tiempo:

- Ser tolerantes ante la frustración.
- Ser creativos, incentivar y estar abiertos a lo nuevo.
- Ser curiosos y reflexivos.
- Generar empatía por las emociones y situaciones de los demás.
- Promover el compromiso colectivo y trabajo en equipo.

¡Aprovechemos el momento para descubrir nuevas oportunidades y fortalecer los lazos familiares!

El Trabajo Académico en Casa permite establecer una rutina en la vida de los estudiantes y sus familias durante el tiempo en que estemos en aislamiento preventivo en casa. Es importante procurar diferenciar los horarios de trabajo/escuela de aquellos de vida familiar y descanso.

EL orden es un valor muy importante ahora que todos los integrantes del hogar están en casa. En la medida de lo posible, contar con una carpeta física en la cual los estudiantes archiven los trabajos y tareas diarias.

Estrategias y recomendaciones para niñas, niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad

El trabajo académico en casa también aplica para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad por lo tanto es fundamental para su desarrollo integral, continuar con las acciones de orden pedagógico que se venían adelantando en el colegio fortaleciendo los vínculos afectivos en familia. Tenga presente que el colegio ha venido implementando acciones en el marco del Plan Individual de Ajustes Razonables –PIAR, en el que han participado activamente las familias y cuidadores. Algunas estrategias que fortalecen su proceso de desarrollo y que pueden adaptarse a las particularidades de niñas, niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad son:

- Respete las diferentes formas de comunicación que tenga la familia y en particular las formas de comunicación del niño, niña, adolescente o joven con discapacidad. Esto genera confianza y hace más fácil el diálogo.
- Aprecie y reconozca todas sus formas de comunicación y genere espacios motivacionales en el contexto familiar.
- Promueva el desarrollo de su lenguaje a través de la interacción, haciendo preguntas que permita la construcción de una intención comunicativa.
- Sea claro en las normas y pautas de convivencia en la casa. Si requiere utilice pictogramas o dibujos para que la información sea comprendida.
- Vincule el juego y actividades lúdicas en las que participe toda la familia que le den confianza a la niña, niño, adolescente o joven con discapacidad.
- Utilice imágenes o favorezca la descripción verbal de acuerdo con sus características particulares.
- Respete los diferentes ritmos y formas de aprender. Refuerce las que considera que son las exitosas.
- Emplee diferentes sistemas de comunicación, de acuerdo con sus posibilidades. Fortalezcalos en un trabajo cooperativo con los demás integrantes de la familia.
- Reconozca la escritura como una forma importante de comunicación. En ocasiones es más fácil la expresión de sentimientos.
- Es importante que la niña, niño o joven con discapacidad, cuente con un aprendizaje por asociación. Por lo tanto, favorezca en casa la asociación de las tareas o compromisos con objetos, imágenes, sonidos, pictogramas, composición de cantidades, juegos de selección, de relacionamiento, juegos de mesas, entre otros.
- Utilice material concreto para el trabajo de resolución de problemas. Este material puede tener diversas texturas y apariencias.
- Permita experiencias de reconocimiento táctil para la medición de objetos, reconocimiento de figuras o resolución de problemas matemáticos.
- Favorezca los aprendizajes y el desarrollo del pensamiento matemático a través del dibujo y representaciones gráficas.
- Permita el desarrollo de actividades artísticas, esto tiene un valor importante para la niña, niño, adolescente o joven con discapacidad.
- Establezca momentos del día para que pueda compartir con el resto de los integrantes de la familia, sus producciones, logros, y resultados de sus actividades y valórelos positivamente. Si hay hermanos proponga que realicen actividades de manera conjunta, promoviendo la solidaridad, el trabajo colaborativo y el respeto a la diferencia.
- Valore y respete sus puntos de vista. Todos son importantes y merecen ser tenidos en cuenta. Reconozca sus gustos, sus intereses y estados de ánimo. En este momento es muy importante la observación y el acompañamiento en su forma de vivir las dinámicas que implican estar siempre en casa. Invítele a expresarse de diferentes formas.
- Ubique un espacio dentro de la casa para desarrollar algunas pausas activas. Identifique las limitaciones que puede tener la niña, niño, adolescente o joven con discapacidad y bríndele diferentes alternativas y rutinas de actividad física.
- Favorezca que diariamente se desarrollen actividades distintas a estar al frente de algún dispositivo digital. Busque alternativas con recursos que tenga en casa para desarrollar actividades lúdicas.
- Los hábitos y rutinas de sueño son muy importantes, haga seguimiento a los horarios y procure garantizar una buena y equilibrada alimentación.



Recursos y actividades para desarrollar en familia

Como parte del compromiso del Ministerio de Educación Nacional se han dispuesto un conjunto de medidas para la adaptación y el desarrollo de las estrategias educativas y pedagógicas que realizarán los niños, niñas y adolescentes para el trabajo en casa; para ello se han entregado un conjunto de guías y materiales imprimibles que se pondrán a disposición de todas las Entidades Territoriales Certificadas.

Dentro de los materiales entregados se encuentran guías para preescolar; básica primaria, básica secundaria y media.

a. Exploremos los materiales entregados por el MEN

Cada Institución Educativa hará entrega de los materiales de acuerdo con los planes de trabajo definidos en el marco de la autonomía institucional; si desea conocer los materiales que se encuentran disponibles puede consultar el Anexo 1 listado de materiales disponibles.

Los materiales incluyen: guías de autoaprendizaje en todas las áreas para cada uno de los grados con diversas actividades; organizados así:

Preescolar: conciencia corporal, hábitos de autocuidado, material para colorear, guía para la familia, actividad física, salud mental, estrategias para prevenir enfermedades, cuentos. Colección de Plaza Sésamo y Programa Pisotón de la Universidad del Norte -.

Básica Primaria: Lenguaje, matemáticas, ciencias sociales y ciencias naturales; educación artística y emocional. Guías de la Colección Retos para Gigantes y Transitando por el Saber. Estos son materiales del Ministerio de Educación Nacional.

Básica secundaria: Matemáticas, lenguaje, educación física, ciencias naturales, ciencias sociales de la Colección Secundaria Activa. Estos son materiales del Ministerio de Educación Nacional.

Media: Orientación socio ocupacional; Programa de educación socioemocional; Caja de herramientas camino a la U, Píllatela y aprende. Estos son materiales desarrollados por el Ministerio de Educación Nacional, Banco Mundial y varias Universidades del país.

Adicionalmente en Ministerio de Educación ha puesto a disposición de las Secretarías de Educación y de la comunidad educativa en general un conjunto de recursos multimediales, a través de los que podrán acceder a actividades en diferentes formatos que facilitarán el acceso a recursos de alta calidad para el aprendizaje de todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

b. Cómo y cuándo usarlos

Las orientaciones para el uso específico de los materiales serán entregados oportunamente por cada uno de los Establecimientos Educativos, siguiendo las pautas y acuerdos generados en cada Secretaría de Educación y bajo los Lineamientos del Ministerio de Educación Nacional. En este sentido, esté atento a las orientaciones que le sean entregadas y donde encontrará las indicaciones para el desarrollo de cada guía, el seguimiento y la realimentación que realizarán los profesores a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Es importante tener en cuenta que en el marco de su autonomía cada institución educativa podrá definir otros materiales y estrategias pedagógicas para garantizar el proceso de aprendizaje durante el tiempo definido para el trabajo académico en casa.

Recuerden que:

No todo está suspendido, aún en cuarentena podemos reír, jugar, bailar, practicar aquellas cosas que nos apasionan y compartir en familia. Es una oportunidad para retomar hobbies o identificar nuevos.

Es una oportunidad para poner en práctica la gratitud. Los invitamos diariamente a compartir en familia tres cosas de las que se sientan agradecidos.

Recursos actividades para desarrollar en familia

En los momentos dispuestos para el descanso y para compartir en familia pueden realizarse las siguientes actividades:



Conversar sobre cuál fue la actividad del día que más le gustó y cuál la que menos le gustó.



Escribir en un diario donde registren las cosas que están viviendo. Lo que les preocupa y de qué se sienten agradecidos.



Realizar en familia Juegos tradicionales (stop, triqui, adivinanzas, juegos de mesa) o retos mentales (adivanzas, resolver problemas matemáticos, aprender trabalenguas, etc).



Hacer experimentos en familia, escribir o narrar historias colectivas.



Escuchar música, realizar ejercicios o actividad física solos o en familia. Se recomienda aquellas que estimulen mayor alegría, por ejemplo: cantar y bailar.

Algunos recursos web que se sugieren son:

Libros electrónicos:

<https://www.banrepcultural.org/biblioteca-virtual/recursos-electronicos/libros> Colección Banco de la república.

Cocina en casa:

Recetas saludables y fáciles https://www.youtube.com/playlist?list=PLooiXbdc9JSXdI0wOU_h5ZhaDQ3-NbwLM

Experimentos fáciles en casa:

<https://webdelmaestrocmf.com/portal/manual-de-50-experimentos-muy-divertidos-para-ninos/>

Museos y zoológicos virtuales:

Museo de Nueva York <https://artsandculture.google.com/explore>

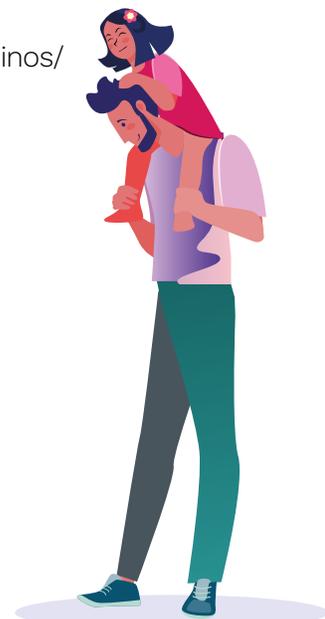
Museo de Louvre <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>

Museo británico <https://www.britishmuseum.org/collection>

Zoológico de San Diego para niños: <https://kids.sandiegozoo.org/>

Juegos y actividades interactivas online para niños y niñas:

<https://www.blog.andaluciaesdigital.es/plataformas-educativas-online-ninos/>



Referencias:

- **El espectador (2020) La educación en tiempo de coronavirus. Disponible en:** <https://www.elespectador.com/opinion/la-educacion-en-tiempos-del-coronavirus-columna-909439>
- **El Tiempo (2020). Ocho claves para la ansiedad durante la cuarentena. Disponible en:** <https://www.eltiempo.com/vida/ansiedad-en-cuarentena-como-evitarla-durante-el-aislamiento-preventivo-476568>
- **Unicef (2020) How teenagers can protect their mental health during coronavirus (COVID-19) - 6 strategies for teens facing a new (temporary) normal. Disponible en** (<https://www.unicef.org/rosa/stories/how-teenagers-can-protect-their-mental-health-during-coronavirus-covid-19>)
- **Secretaría de Educación de Bogotá (2020). Red Académica Aprende en Casa. Cinco consejos para estar en Casa en tiempos de Cuarentena. Disponible en** <file:///C:/Users/Natalia%20Velasco/Documents/Ministerio%20de%20Educacion/coronavirus/recomendaciones%20Anglo%20por%20grado/5%20consejos%20para%20estar%20en%20casa%20en%20cuarentena.pdf>
- **Secretaría de Educación de Bogotá (2020). Red Académica Aprende en Casa. Sugerencias para acompañar como familia y cuidador el tiempo de aprendizaje en casa. Disponible en:** <https://www.redacademica.edu.co/file/20121/download?token=OBXmwa0d>
- **Educación y Tecnología (2013) Cinco Recomendaciones para el estudiante virtual. Disponible en:** <https://ugalblog.wordpress.com/2013/07/19/5-recomendaciones-para-el-estudiante-virtual/>
- **Colegio Anglo Colombiano (2020) Plan de Aprendizaje y aprendizaje en casa (PAD) del CNG.**
- **Blog ACP- AgroConsultoraPlus (2016). 15 tips para ser un buen estudiante virtual. Disponible en** (<https://www.agroconsultoraplus.com/tipsestudiente/>)

Anexo 1: Listado de materiales disponibles

(Tomado y adaptado guía para directivos y docentes)

- **Aprender Digital, contenidos para todos** (<https://contenidos.colombiaaprende.edu.co>) es una estrategia interinstitucional que reúne en una misma plataforma más de 80 mil contenidos educativos digitales de todas las áreas del conocimiento para niños, niñas, adolescentes y jóvenes de todos los grados escolares.
- **Guías de trabajo para primaria. Retos para Gigantes:** https://www.mineduccion.gov.co/1759/w3-article-346020.html?_noredirect=1
- **Secundaria activa:** https://www.mineduccion.gov.co/1759/w3-article-340094.html?_noredirect=1
- **Plataforma accesible para niños, niñas, adolescentes y jóvenes con discapacidad auditiva:** INSOR educativo (<http://educativo.insor.gov.co>) es un portal del Instituto Nacional para Sordos que contiene recursos educativos accesibles dirigidos a la comunidad sorda colombiana.
- **Plataforma accesible para niños, niñas, adolescentes y jóvenes con discapacidad visual:** El Instituto Nacional para ciegos cuenta en su portal web (<http://www.inci.gov.co/>) con una serie de opciones para apoyar el trabajo de planeación como son INCI Radio y biblioteca virtual para ciegos.
- **Biblioteca básica de cultura colombiana:** <https://reddebibliotecas.org.co/sala-lectura/biblioteca-basica-de-cultura-colombiana-bbcc>, la biblioteca virtual del Banco de la República: <https://www.banrepcultural.org/ninos-y-ninas> y la biblioteca Digital de Bogotá: <https://www.bibliotecadigitaldebogota.gov.co/>

Referencias: Continuación

- **Plan Nacional de Lectura** que se encuentran en <http://aprende.colombiaaprende.edu.co/leeresmicuento/2100>
- **Guías de trabajo para el aprendizaje del inglés.** Estos se encuentran disponibles de forma gratuita y directa en <http://aprende.colombiaaprende.edu.co/colombiabilingue>
- **Para grados 6-8:** La serie Way To Go! Del Ministerio de Educación Nacional es de libre uso, accesos y reproducción (<http://aprende.colombiaaprende.edu.co/colombiabilingue/94010>) para todos los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y docentes e incluye:
- **Para grados 9-11:** La serie English, Please! Del Ministerio de Educación Nacional es de libre uso, accesos y reproducción (<http://aprende.colombiaaprende.edu.co/es/colombiabilingue/123812>)
- **Caja de Herramientas de camino la U:** Estrategias para el fortalecimiento de capacidades en competencias básicas y socio emocionales 10 y 11
- **Píllatela y aprende:** Competencias socio emocionales para el fortalecimiento de la Educación media. material de trabajo para adolescents
- **Paso a Paso.** Programa de Educación Socio emocional. Cuaderno de trabajo para estudiantes de grados Décimo y Once
- **Guía fortalecimiento competencias** en matemáticas y lenguaje para grado 10 y 11
- **Serie de guías:** Formación corporal sensible y afectiva, Formación Económica y productiva, Formación Social y comunicativa
- **Biblioteca Digital de Bogotá:** <https://www.bibliotecadigitaldebogota.gov.co/> es una plataforma, en la que podrás disfrutar de libros interactivos, recursos y bases de datos electrónicas desde cualquier lugar del mundo
- **Recursos audiovisuales:**
 - RTVC – Sistema de Medios Públicos
 - Señal Colombia: <https://www.senalcolombia.tv/parrilla>
 - Canal Institucional: <https://www.canalinstitucional.tv/parrilla>
 - Radio Nacional de Colombia: <https://www.radionacional.co/frecuencias>
 - Radiónica: <https://www.radionica.rocks/frecuencias>
 - Señal Memoria: <https://www.senalmemoria.co/colecciones>
 - RTVCPlay: <https://www.rtvplay.co/>
 - Mi señal <https://www.misenal.tv/>