

# Cómo ayudar a su hijos a balancear la distancia social y el trabajo escolar

Center for Children and Families



Debido a la continua amenaza de el virus COVID-19, más de 421 millones de niños alrededor dl mundo no estarán atendiendo la escuela. Probablemente los niños vean esto como un descanso, y los padres deben preocuparse sobre cómo manejar el comportamiento y las asignaturas de sus hijos en casa. El Centro para Niños y Familias de FIU ofrece estos consejos para navegar este período de distanciamiento social.

## Rutinas



- Establezca un cronograma de actividades para el día (consulte los recursos adicionales para ver ejemplos)
- Elija áreas para las actividades que estén libre de distracciones

## Monitorear y permitir receso



- Permita que su hijo tome un receso después de haber completado una actividad (consulte la guía de recursos para obtener ideas)
- Use el tiempo de receso como recompensa, "Cuando termines esta tarea, puedes ver un video en YouTube"
- Use un reloj para monitorear el receso para que no se pase de tiempo

## Recompensa y alabanza



- Todos estamos un poco preocupados y estresados. Elogie a su hijo cuando haga un esfuerzo por hacer su tarea escolar: "Realmente me gustó cómo te sentaste en la mesa tu solo el día entero"
- Proporcionar recompensas (por ejemplo, tiempo en la tableta) para completar el trabajo con precisión

## Consulte con el maestro



- Los maestros están trabajando muy fuerte para proveer asignaciones para tus hijo, y saben mucho sobre el uso de la tecnología.
- Asegúrese de estar al tanto de las asignaciones que el maestro ha preparado.

## Resolución de problemas



- Asegúrese de que las recompensas sean motivadoras para su hijo
- Haga metas realistas: conozca a su hijo dónde está
- Acepta un desafío a la vez

## Conéctate y busca apoyo



- Conéctese con otros padres a través de las redes sociales, llamadas y mensajes de texto. ¡Tú también necesitas apoyo!
- Sé paciente contigo mismo. Lo más probable es que no eres un educador capacitado. Todos los padres están en la misma situación, y todos estamos descubriendo esto a medida que avanzamos.