

Estimados padres,

La pandemia impuso la enseñanza a distancia en el mundo escolar, que supo hacer frente a la emergencia y evitó que los profesores perdieran completamente el contacto con sus alumnos. Sin embargo, si hace dos años era una situación nueva, en la que experimentamos, cada uno por su lado, ahora, después de un tiempo, podemos identificar algunas sugerencias para que la experiencia no se pierda del todo.



Estas son algunas reglas que pueden utilizarse para mejorar los nuevos y a veces desconocidos entornos de aprendizaje a distancia.

Establecer rutinas y expectativas

Es importante desarrollar buenos hábitos desde el principio. Crea una rutina, divide los días en segmentos predecibles. Ayuda a los estudiantes a levantarse, vestirse y estar listos a la hora prevista. Acuéstate a una hora razonable, sin pensar que al día siguiente estarás en casa de todos modos.

Elegir un buen lugar para aprender

Crea un espacio físico en casa dedicado a las actividades escolares: debe ser tranquilo, bien iluminado, libre de distracciones y cómodo (un asiento ergonómico ayuda, así como colocar el ordenador a una altura que permita que los brazos no se esfuerzen); auriculares o cascos para concentrarse; debe haber una conexión a Internet estable y rápida.

Asegúrate de que tienes todo lo que necesitas antes de empezar la clase: además del material didáctico, agua, infusiones, tentempiés para evitar distracciones; informa a la gente de casa de que estás haciendo la clase a distancia.

Si el alumno está en los primeros años de la escuela, es necesaria la presencia constante de un adulto o la supervisión del aprendizaje en línea.



Mantener el contacto

Los profesores se comunicarán a través de la plataforma elegida. Los padres deben asegurarse de que sus hijos han identificado la plataforma y saben cómo acceder a ella. Los padres que tengan preguntas deben publicarlas en el chat de la plataforma y esperar la respuesta del equipo digital.

Ayudar a los estudiantes a "apropiarse" de su aprendizaje

Nadie espera que los padres sean profesores a tiempo completo o expertos en educación y que tengan los conocimientos necesarios para todos los contenidos de las asignaturas. Los padres deben proporcionar apoyo y estímulo, pero dejar que sus hijos hagan su parte. Los padres no deben ayudar demasiado y sustituir a sus hijos. Llegar a ser independiente requiere mucha práctica. En la escuela, un alumno suele interactuar con otros alumnos y con varios adultos. Las interacciones a distancia son diferentes y no se pueden sustituir todas. Y los padres no deben frustrarse porque no se pueda.

Empezar y acabar el día comprobando

Por la mañana, los padres pueden preguntar:

- ¿Qué asignaturas tienes hoy?
- ¿Tienes alguna evaluación?
- ¿Cómo vas a emplear tu tiempo?
- ¿Qué recursos necesitas?
- ¿Qué puedo hacer para ayudarte?

Al final del día pueden preguntar:

- ¿Hasta dónde has llegado en tus actividades de aprendizaje de hoy?
- ¿Qué has descubierto?
- ¿Qué ha sido difícil?
- ¿Qué podríamos hacer para mejorar el día de mañana?

Estas breves conversaciones básicas son importantes. Ayudan a los alumnos a procesar las instrucciones que han recibido de sus profesores y les ayudan a organizarse y a establecer prioridades, y esto también se aplica a los alumnos mayores.

Estas rutinas de comprobación pueden ayudar a evitar retos y decepciones posteriores. Ayudan a los alumnos a desarrollar la autogestión y el funcionamiento ejecutivo, que son habilidades esenciales para la vida. Los padres son excelentes entrenadores de la vida.

Establecer momentos de tranquilidad y reflexión

Para las familias con hijos de distintas edades y para los padres que también pueden trabajar desde casa, es bueno dedicar un tiempo a la tranquilidad. Los hermanos deben poder trabajar en habitaciones diferentes para evitar distracciones. Muchas familias tendrán que negociar el acceso a los dispositivos, pero esto debe hacerse con claridad. Y un día a la semana deben ofrecerse actividades alternativas, como la lectura, lejos de los dispositivos.

Fomentar la actividad física y el ejercicio

Al vivir y trabajar en casa, todos necesitamos un poco de espacio para desahogarnos. Moverse (de forma independiente y en familia) es vital para la salud, el bienestar y la preparación para el aprendizaje.

Controlar el tiempo en pantalla y en línea

El aprendizaje a distancia no significa estar mirando la pantalla del ordenador siete horas y media cada día. Los profesores tratarán de crear variedad, pero habrá que hacer pruebas y errores antes de encontrar el equilibrio entre las experiencias de aprendizaje online y offline en espacios reducidos. Padres y profesores trabajarán juntos para encontrar formas y tiempos, también en función de la edad de los alumnos.

Este proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea. Este documento refleja únicamente las opiniones de los socios del proyecto, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en el mismo.



**Co-funded by
the European Union**



Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

This work is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)