



Aprendizaje a distancia: 8 consejos para ayudar a su hijo a aprender en casa

Aquí hay ocho consejos para preparar a su hijo para el aprendizaje en línea en casa.

1. Cree un espacio de aprendizaje para su hijo.

¿Su hijo ya tiene un lugar especial para hacer la tarea? Es importante establecer un área tranquila y libre de desorden si su hijo está aprendiendo a tiempo completo desde casa.

Por ejemplo, puede convertir la mesa de cocina en una estación de aprendizaje. Apague el televisor y retire todas las tazas, sal y pimienta, y otros artículos de la cocina cuando su hijo esté haciendo tareas escolares. Cuando llegue el momento de comer, guarda los útiles escolares y úsalo de nuevo como mesa de cocina.

¿Por qué es importante eliminar el desorden para el tiempo de aprendizaje? Reducir el desorden ayuda a los niños a concentrarse.

2. Haga un horario y apéguese a él.

Somos criaturas de hábito. Sin campana de la escuela para marcar a los niños tarde, podrían tener ganas de dormir. Sin un horario establecido, los niños podrían nunca llegar a las tareas escolares. Encontrar tiempo para el aprendizaje requiere planificación. Echa un vistazo al horario de tu familia y descubre los mejores momentos para aprender.

Estas son algunas preguntas para ayudarle a usted y a su hijo a elaborar un horario:

- ¿Su hijo necesita mucha ayuda de usted para comenzar? Si es así, piensa en cuándo usted, otro adulto o hermano responsable está disponible para brindar apoyo.
- ¿Está acumulando tiempo en el horario de su hijo para hacer ejercicio? (Consulte la #5 de consejos a continuación.) Salir y tomar descansos cerebrales puede ayudar a los chicos a concentrarse y hacer más.
- ¿Su familia tiene algún contrato para ayudar a los niños a seguir las reglas en casa? Acordar cuándo ver la televisión o jugar videojuegos es importante cuando los niños están aprendiendo a tiempo completo en casa.

3. Reduzca las distracciones.

Videojuegos, juegos de computadora, redes sociales, TV, juguetes, mascotas, nuestros hogares tienen muchas distracciones. Haga una lista de las cosas que distraer a su hijo. Luego, encuentre maneras de limitarlos durante el tiempo de aprendizaje.

- Por ejemplo, ¿el perro es una gran distracción? Si es así, ¿puede poner al perro en una habitación separada cuando su hijo está haciendo tareas escolares?
- ¿Los juegos o las redes sociales son una gran distracción? Intente bloquearlos en el dispositivo de su hijo durante el tiempo de instrucción. Otra forma de eliminar las tentaciones en línea: Después de descargar una tarea, apague el servicio Wi-Fi y/o celular para ayudar a su hijo a concentrarse en el trabajo.



4. Utilice un calendario y córtelo por colores.

Es importante establecer sistemas para ayudar a su hijo a mantenerse al tanto de los plazos escolares. Esto ayudará a su hijo a mantenerse organizado. Publicar un calendario y marcarlo con fechas de vencimiento. Ayude a su hijo a planificar hacia atrás a partir de las fechas de vencimiento. Utilice los organizadores visuales para dividir una tarea en pasos y las estrategias específicas necesarias para completarla. También puede utilizar la codificación de color para las tareas. Por ejemplo, utilice un lápiz rojo para leer y un bolígrafo azul para matemáticas.

5. Haga mucho ejercicio.

El ejercicio nos ayuda a pensar mejor. Cuando nos movemos y ranuramos, nuestra resolución de problemas, memoria y atención mejoran. La actividad física es una forma natural de reducir el estrés y prevenir la ansiedad. Los expertos dicen que cuando nos movemos y mejoramos nuestra frecuencia cardíaca, tiene un impacto positivo en cómo pensamos.

Busca entrenamientos para toda la familia que puedes hacer en casa. Identifique un momento y un lugar en su hogar para la actividad física. El mejor momento para hacer ejercicio podría ser justo antes de abordar las tareas escolares. También es bueno tomar descansos de ejercicio durante todo el día.

6. Vea qué funciones de accesibilidad ayudan a su hijo.

La mayoría de los teléfonos, computadoras portátiles y otros dispositivos móviles tienen tecnología de asistencia incorporada. Por ejemplo, leer en voz alta o texto a voz puede ayudar a los lectores con dificultades, y el habla a texto puede ayudar a los escritores con dificultades.

En YouTube, puedes ajustar la configuración para reducir la velocidad de reproducción si tu hijo tiene problemas para entender los videos. También puede cambiar la configuración para mostrar subtítulos si ayuda a su hijo a leer el texto mientras escucha videos.

7. Comuníquese con el maestro de su hijo.

La educación o el aprendizaje en línea en el hogar requieren apoyo familiar. Algunas escuelas en línea van tan lejos como llamar a los padres "entrenadores de aprendizaje". Para apoyar a su hijo, establezca una línea directa de comunicación con los maestros de su hijo. Utilice correo electrónico, texto, llamadas telefónicas o tal vez incluso videoconferencias para conectarse.

Trate de no preocuparse de que está interrumpiendo. Si no estás seguro de cómo hacer una tarea, no solo adivina, comuníquese para confirmarlo. Es posible que incluso desee configurar un día y una hora cada semana para conectarse con el maestro. Puede utilizar este tiempo para hablar sobre los desafíos que su hijo está enfrentando, revisar las próximas instrucciones y comprender las expectativas. Ser proactivo es esencial si su hijo está teniendo problemas en la escuela.

8. Busque maneras de eliminar las barreras de aprendizaje.

Si su hijo tiene dificultades de aprendizaje, es importante que revise el material de aprendizaje en línea y otro que le envía la escuela. Tenga en cuenta que puede que no haya sido diseñado teniendo en cuenta las necesidades de su hijo. Estas son algunas preguntas a tener en cuenta:

¿Qué opciones ofrecen los maestros para ayudar a los lectores con dificultades con el material escrito?



¿Qué opciones tiene su hijo para demostrar comprensión? Por ejemplo, si su hijo tiene problemas para escribir, pregúntele al maestro si su hijo puede enviar una respuesta en video.

¿El maestro incluye apoyos para ayudar a los chicos con cosas como organizarse, identificar la idea principal y tomar notas?

Trabaje con los maestros de su hijo para identificar y eliminar cualquier barrera. Recuerde: Si es un desafío para su hijo, lo más probable es que también sea un problema para otros niños.

Por Sean J. Smith, PhD el mar 17, 2020 [Understood.org](https://www.understood.org)