Estimada Comunidad Escolar Cervantino, en primer lugar un abrazo fraterno a todos y todas.

Por la presente, me nace muy profundamente desde el corazón y la razón, expresarles los siguientes conceptos.

1. AGRADECER a cada uno/a -profesores, padres y estudiantes- por cada uno de sus esfuerzos por mantener una actitud positiva hacia el desafío y la tarea escolar; por la creatividad y la paciencia; la aceptación activa a tiempos de encierro, y por ser modelos de responsabilidad y empatía.
2. RECORDAR a los apoderados/as que su rol, en esta crisis, es principalmente de **cuidado y supervisión.**

De cuidado porque cualquier conducta, que ayude a estar sano y libre de riesgos a un niño/a o adolescente, depende fuertemente del modelaje y de la constancia comunicacional de los adultos.

De supervisión, porque los adultos no hacen la tarea escolar de los estudiantes, sino que se encargan de: proveerles las condiciones de un adecuado ambiente de trabajo, los materiales necesarios para que realicen el trabajo, y el monitoreo al cumplimiento de la dicha tarea.

1. PROPONER a los apoderados que organicen una **rutina diaria con los chicos**, principalmente respecto a tarea escolar, para estas dos últimas semanas. Ya han tenido la experiencia de dos semanas de aprendizaje virtual, con aciertos, dificultades, chascarros y éxitos. A partir de aquello -y desde el aporte de expertos- les propongo:
2. Definir un lugar de trabajo, en el espacio hogar, incluyendo a los niños/as.
3. Dar al lugar de trabajo un “ambiente“ adecuado (personal, cómodo, iluminado, silencioso o con música no distractora) con todos los materiales a mano.
4. Establecer un horario de trabajo diario, que no sobrepase las tres horas diarias y con pausas de unos cinco minutos por hora.
5. Planificar el trabajo. Darle un lugar y horario a cada asignatura o tarea y a la lectura.
6. No trabajar en exceso (no pasar de las tres horas diarias).
7. Mantener una buena postura, mientras se trabaja (silla y mesa, no sillón ni cama).
8. Evitar distracciones como la TV, las llamadas, los mandados, etc.
9. SUGERIR, que como familia no dejen de vincularse , los dentro de están en casa y con los que están lejos (abuelos, tíos, amigos). Para eso está el teléfono, las redes sociales.

* Organizarse para los deberes de casa.
* Organizar tiempos de juego y diversión.
* Darse tiempo para hacer silencio, meditar, reflexionar. Bienestar.
* Reducir los tiempos de noticias.
* Hablar de la pandemia lo justo y necesario para actuar responsablemente y evitar contagiarse.
* Decirse cuanto se quieren, unos a otros.

UN ABRAZO FRATERNO A TODOS/AS