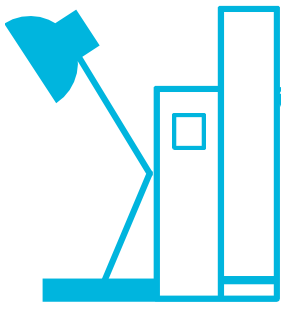




AMBIENTES PARA APRENDER EN CASA



HAGA ESPACIO PARA APRENDER

- Elija un rincón de una habitación dedicada a aprender y ayudar a su hijo a concentrarse
- Deje que su hijo ayude a preparar el espacio y a decorarlo con su trabajo de clase
- Consejo: Utilice una caja o cajón móvil si el espacio es limitado, un fondo con luz natural ayuda

APOYE EL APRENDIZAJE DE SUS HIJOS

- Asegúrese que su hijo esté presente y comprometido en sus clases en línea
- Mantenga una rutina regular y programe una alarma a las 8:00 a.m. para desayunar
- Consejo: Permita que su hijo trabaje de forma independiente y comuníquese con su maestro



MINIMIZAR LAS DISTRACCIONES

- Prepare a su hijo para interactuar en vivo con sus maestros y compañeros
- Usar audífonos puede ayudar a limitar la distracción y el ruido
- Consejo: El espacio debe ser silencioso y estar separado de la TV, videojuegos y área de comer

SER SEGURO Y RESPETUOSO EN LÍNEA

- Cara a cara mejora el aprendizaje, recuerde de mantener la cámara encendida
- Mantenga la cámara fija para limitar las distracciones y el movimiento alrededor
- Consejo: Use un fondo virtual para limitar las distracciones y proteger su privacidad (vea los consejos virtuales a continuación)



TOMAR DESCANSOS DE CEREBRO Y VISIÓN

- Asegúrese de que su hijo tome descansos de su computadora, está bien y es bueno que se muevan
- Anímelos a estirarse, tomar aire fresco y tomar un bocadillo cuando sea necesario
- Consejo: Planifique una actividad divertida como tocar una canción y bailar para fomentar movimiento

CONSEJOS VIRTUALES

<http://bit.ly/consejos-virtuales>

<http://bit.ly/pbs-virtual-tips>

CONSEJOS PARA LOS DESCANSOS DEL CUERPO

<http://bit.ly/consejos-descanso-del-cuerpo>

CONSEJOS PARA PADRES

<http://bit.ly/consejos-para-padres>

<http://bit.ly/crear-area-de-estudio>

ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDAR

Ayuda para familias: 213-443-1300

Recursos para estudiantes y familias: <https://achieve.lausd.net/resources>