

Querido estudiante, querido estudiante,

Como saben, las escuelas estuvieron cerradas por algún tiempo debido al virus de la Corona y ahora están reabriendo lentamente. Esta vez fue y es un enorme desafío para todos nosotros. Tú, como estudiante, tienes la tarea adicional de estudiar en casa. Si eso no ha funcionado siempre y no funciona actualmente para ti, es muy comprensible. No siempre es posible aprender en casa cómo se aprende en la escuela. Con nuestros consejos queremos darte apoyo para que puedas seguir aprendiendo y no pierdas demasiado material de aprendizaje, lo que ejercería una presión adicional sobre ti. El aprendizaje también puede ser un apoyo importante durante este tiempo para estructurar el día y hacer algo significativo y es definitivamente muy importante para tu vida futura. Hay algunas cosas que son útiles para facilitar el aprendizaje. A continuación nos gustaría presentarte algunas estrategias útiles. ¡Pruébalo y ten paciencia contigo mismo!

1. Mantente en contacto con tus maestros para obtener la tarea y la información importante. Llámalos o envíales un correo electrónico y pídeles ayuda. Los profesores estarán encantados de ayudar. Quieren acompañarte mientras aprendes.
2. Establece un horario fijo en casa para que puedas estructurar mejor tu vida diaria y aprender de forma independiente. Siempre empieza a la misma hora y establece tareas fijas para el día. Lo importante es que realmente puedas hacer lo que te propongas. Las tareas completadas te hacen sentir bien. ¿Tienes un lugar fijo en tu piso donde puedes guardar tus cosas de la escuela y hacer tus tareas? Te ayudará si siempre puedes hacer tus tareas escolares en el mismo lugar. Asegúrate de apagar la televisión y guardar el teléfono móvil para no distraerte fácilmente.
3. Si necesitas ayuda para estudiar, pregúntale a tus padres, amigos o maestros. Tal vez puedas hacer un equipo con los compañeros de clase. Llamar, charlar (si es posible) e intercambiar ideas. La gente necesita el apoyo de otras personas. Todos lo hacemos. Aunque tu escuela ofrezca videoconferencia pero tu no tengas acceso a ella, díselo a tu profesor. Muchos estudiantes se sienten de la misma manera. La escuela buscará entonces una solución contigo.
4. Si encuentras buenas oportunidades de aprendizaje en línea en Internet, eso es genial. Entonces también puedes aprender bien con él. Comparte los sitios web que has encontrado con tus profesores y tus compañeros de clase. Ellos también pueden aprender y beneficiarse de ti.
5. Cumple con las reglas de higiene y conducta en la escuela. Esto es importante para que todos nos mantengamos sanos y esperemos que pronto podamos vivir una vida diaria con menos restricciones.
6. Si te sientes mal, por favor, quédate en casa y avísale a la escuela.
7. Haz cosas que te den placer. Hablar con alguien por teléfono, escuchar música, etc. (esto es muy individual). Esto te hará sentir bien, y si te sientes bien, el aprendizaje será mucho más fácil.

8. Intenta no sólo seguir un programa de aprendizaje regular, sino también una rutina diaria. La gente necesita estructura. Las horas fijas para levantarse, acostarse, comer, aprender, etc. nos ayudan a hacerlo. Especialmente en este momento muchas estructuras (como la escuela) están desapareciendo desde el exterior. ¡Crea un poco para ti mismo a través de una rutina diaria fija!

9. No te olvides de moverte. Sal a la calle, haz deporte o sal a pasear. Esto también ayuda a mantenerte física y mentalmente saludable y a mantener la mente libre para el aprendizaje.

Cuídate, mantente sano y pasa lo bien en estos tiempos, y en el mejor de los casos, ¡diviértete mientras aprendes! Esperamos que esta información te ayude un poco.