

**PERÚ**Ministerio
de Educación**APRENDO**
en casa

Educación Básica Especial

Bienvenidas familias

Queridas familias:

Aprendo en Casa es una propuesta de actividades que pueden realizar desde su hogar y que llega a ustedes a través de Radio Nacional, TV Perú y la web www.aprendocasa.pe.

La situación de aislamiento ha generado cambios en nuestros estilos de vida y formas de comunicación; por ello, es importante dialogar con nuestras hijas y nuestros hijos, a fin de darles la oportunidad de expresar lo que piensan y sienten, acoger sus emociones y responder con afecto a sus necesidades de atención.

En nuestra historia familiar, quizás nunca hemos estado tan unidos como ahora y compartido tanto tiempo juntos. Es por ello que debemos aprovechar esta oportunidad para realizar actividades divertidas en casa, mediante las cuales fortalezcamos la unidad familiar y reconozcamos las cualidades y los gustos de cada integrante de la familia. Por ejemplo, podemos organizarnos para preparar alimentos ricos y nutritivos (ensaladas, refrescos, entre otros), así como para limpiar y ordenar la casa y sus diferentes ambientes (la sala, el comedor, los dormitorios, etc.). Además, podemos lavar, tender, doblar y guardar las prendas de vestir. En suma, podemos realizar muchas actividades que beneficien a nuestra familia y, por ende, a cada persona que comparte nuestro hogar.

Por otro lado, el permanecer en casa nos permitirá dedicar más tiempo a la práctica de la higiene personal de nuestras hijas y nuestros hijos, de tal forma que logren, poco a poco, lavarse las manos, la cara, los pies, e incluso bañarse, según sus posibilidades y cada vez con menos ayuda, pero siempre bajo nuestra supervisión.

En las actividades señaladas líneas arriba, cada integrante de la familia participará de acuerdo a su edad y características. En ellas, podremos disponer de un tiempo, por ejemplo, para jugar, bailar, cantar o pintar, lo que ayudará a mejorar las relaciones entre todas y todos al interior de la familia. Además, podremos manifestar nuestros sentimientos y emociones, así como desarrollar la tolerancia y reconocer las habilidades de uno u otro integrante.

A continuación, les brindamos algunos consejos para tener en cuenta:

- Escuchemos y prestemos atención a la persona que nos habla, mirándola siempre a los ojos. Esto significará que todo lo que nos pueda expresar es importante y nos interesa. Recordemos que la mejor forma de enseñar es a través del ejemplo.
- Felicitémonos y felicitemos a los demás cuando las acciones se realizan de manera adecuada. Esto hará que dichas acciones se repitan cada vez con mayor frecuencia.
- Evitemos criticar a alguien delante de los demás. De ser necesario, hagámoslo solo en privado; así, se generará un ambiente de mayor confianza y espontaneidad.

- La tolerancia debe estar presente de manera permanente en nuestras relaciones, para que nos sintamos en un ambiente seguro y armonioso.
- Protejámonos entre todas y todos; pero, principalmente, protejamos a quienes más lo necesitan. En casa, se debe sentir y transmitir mucho amor, comprensión y apoyo; solo unidos saldremos adelante.

¡Juntos, sí podemos!