
	INSTITUCION EDUCATIVA ALBERTO DÍAZ MUÑOZ REPUBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA INSTITUCION EDUCATIVA: ALBERTO DIAZ MUÑOZ APROBADO POR RESOLUCIÓN N° 007 DEL 26 DE MARZO DE 2003. NIT: 811008893-9 DANE: 105088002993	
	Respeto, Servicio, Solidaridad “ Un compromiso con la calidad educativa”	
	ORIENTACIÓN ESCOLAR ORIENTACIONES GENERALES PARA PADRES DE FAMILIA Y ACUDIENTES	FGA cpp V2021

GUÍA No. 1
FORTALECIENDO BUENAS PRÁCTICAS EN FAMILIA
Viernes 5 de marzo de 2021.

La IEADM ha preparado una serie de pautas básicas y recomendaciones prácticas para padres de familia y cuidadores con el fin de fortalecer en la comunidad educativa algunas rutinas y hábitos de vida saludables, así como buenas prácticas familiares.

Todas estas recomendaciones están diseñadas de tal manera que contribuyan en el acompañamiento escolar integral, tanto de aquellos estudiantes que tienen un diagnóstico de NEE como quienes no lo tienen.

Así mismo, se convierten en herramientas para mejorar la comunicación asertiva en casa, el ambiente de aprendizaje y el equilibrio entre autoridad-afectividad en la relación entre padres/cuidadores e hijos.

Es importante ir introduciendo estos cambios y nuevas prácticas paso a paso. Por tal motivo, la serie está diseñada a manera de guías con el fin de que los padres de familia y cuidadores tengan un tiempo prudente para asimilar cada una de las recomendaciones.

En este caso se hará, una vez por semana.

Como abre bocas a esta serie de reflexiones, te invito a ver el video "¿Y si adultos y niños habláramos más?" de Javier Ochoa García de León.

https://www.youtube.com/watch?v=7iZnyWHPVfM&ab_channel=TEDxTalks

Finalmente, te dejo las siguientes preguntas a manera de reflexión:

- ¿Qué enseñanza te deja el contenido del video?
- ¿Sientes que tus hijos están disfrutando pasar tiempo contigo?
- ¿Qué cosas puedes empezar a hacer en casa para hacer más agradable el pasar tiempo juntos en familia?

"Así que el que se vuelva tan humilde como este pequeño, es el más importante en el reino del cielo. Y todo el que recibe de mi parte a un niño pequeño como éste, me recibe a mí" (Mt. 18:4-5)

NTV)

Entre los temas a abordar en el transcurso del año se encuentran:

Mes de Marzo		
Tema de las guías	Descripción	Fecha de publicación
Guía 1: Fortaleciendo buenas prácticas en familia.	Esta es una guía introductoria, con el fin de informar a los padres de familia que hacen parte del programa de Orientación escolar acerca de algunas temáticas que se trabajarán durante el año a manera de recomendaciones prácticas.	Viernes 5 de marzo.
Guía 2: Rutinas y hábitos	En esta publicación se trabajará la importancia de establecer un horario regular para comidas, tareas, levantarse, ver televisión, etc. Así como la importancia de cumplirlo.	Viernes 12 de marzo.
Guía 3: Ambientes de aprendizaje motivadores.	La iluminación, el ruido, la disposición de los elementos en el lugar escogido para realizar sus actividades académicas, influye directamente en la concentración y motivación para estudiar. Por esta razón se indicará una lista de tips caseros que permitan a los padres de familia utilizar toda su creatividad para crear dichos ambientes.	Viernes 19 de marzo.
Guía 4: ¿Cómo dar instrucciones?	Aprenderemos a no dar más de una orden a la vez. Es preferible dividir paso a paso las tareas, por ejemplo, evitar decir “organiza tu cuarto” por “tiende tu cama”, “ahora recoge los juguetes”, “pon los zapatos en su puesto”, etc.	Viernes 26 de marzo.
Mes de Abril		
Guía 5: Normas y límites	Resaltaremos la importancia de establecer reglas claras y breves.	Viernes 9 de abril.
Guía 6: De más a menos.	Es importante aprender a organizar las tareas académicas y del hogar, entender	Viernes 16 de abril.

	que es mejor iniciar por las más exigentes, para terminar con las menos exigentes, intercalando pausas activas entre una y otra, para mantener la motivación hasta el final.	
Guía 7: ¿Cómo le ayudo sin “hacerle la tarea”?	Su hijo necesita apoyo y acompañamiento para aprender en casa, es indispensable saber identificar cómo ayudarlo a pensar y desarrollar sus capacidades sin terminar haciéndole la tarea.	Viernes 23 de abril.
Guía 8: El ocio.	El ocio favorece que su hijo "suelte la energía y la tensión extra" haciendo actividades físicas o deportivas así como actividades calmadas como escuchar música, tomar un baño, leer, etc.	Viernes 30 de abril.
Mes de Mayo		
Guía 9: Soy responsable.	Delegar a su hijo tareas domésticas favorece su sentido de responsabilidad y su autoestima. Es importante que dichas tareas sean equitativas, en especial cuando se tienen varios hijos e hijas, para evitar conflictos entre ellos.	Viernes 7 de mayo.
Guía 10: Recompensa y castigo inmediatos.	Cuando dilatamos mucho una consecuencia (positiva o negativa) corremos el riesgo de que esta pierda su efectividad. Lo mismo pasa cuando las consecuencias mayores se entregan de inmediato o por cada acción positiva o negativa.	Viernes 14 de mayo.
Guía 11: Un paso a la vez.	No intente abordar todos los problemas al mismo tiempo.	Viernes 21 de mayo.
Guía 12: Evite criticar a la persona.	Cuando no se cumple con una tarea o instrucción, es preferible remarcar la instrucción nuevamente y evitar comentarios como “perezoso” o “desordenado”.	Viernes 28 de mayo.
Meses de Junio y Julio		

Guía 13: Descubriendo fortalezas.	Descubra qué habilidades posee su hijo y foméntelas.	Viernes 4 de junio.
Guía 14: Una nota no te define.	Concéntrese en los aprendizajes, no en las calificaciones.	Viernes 9 de julio.
Guía 15: Siempre un paso adelante.	Anticipar las situaciones en que usualmente se comporta de forma no deseada, y recordarle lo que se espera por parte suya, como por ejemplo “quiero que te agarres fuerte de mi mano y no te sueltes” incrementa las posibilidades de evitar estos malos momentos.	Viernes 16 de julio.
Guía 16: La alimentación sí importa.	El desayuno es la comida más importante del día, inicie su alimentación con alimentos que aporten calorías y suficiente energía para las actividades del día a día. Nunca se salten el desayuno.	Viernes 23 de julio.
Guía 17: Tiempo de calidad.	No se olvide de usted mismo como persona, cuidar de sí mismo, de su aspecto, salud y bienestar también deja un mensaje no verbal que su hijo puede asimilar para el cuidado de sí mismo, además le ayudará a recargar energías para continuar con todas las tareas que implica la paternidad y cuidado de los hijos.	Viernes 30 de julio.
Mes de Agosto		
Guía 18: Hablemos de sexualidad 1. - Tabú Vs. Realidad	Las preguntas acerca de la sexualidad pueden llegar en cualquier momento, por lo cual es mejor estar preparados. Existen muchos tabúes con respecto al tema de la sexualidad, así como muchas personas dispuestas a aportar información errónea. No dejemos la función de resolver estas inquietudes de nuestros hijos a terceras personas, investiguemos con ellos, dediquemos tiempo a escuchar y encontrar juntos las respuestas a sus preguntas.	Viernes 6 de agosto.
Guía 19: Hablemos de	Tomar conciencia de que tanto los	Viernes 13 de agosto.

sexualidad 2. El cerebro y la sexualidad.	aspectos hormonales de nuestro cuerpo, nuestros estados emocionales, nuestros procesos de pensamiento tienen un solo centro de control, "El cerebro", nos puede ayudar en el proceso de toma de decisiones fundamentales para nuestra vida, prevención de embarazos no deseados, relaciones tóxicas Vs. saludables, etc.	
Guía 20: Hablemos de sexualidad 3. ¿Con el pan debajo del brazo?	Durante esta guía se trabajará el tema del embarazo, la paternidad y la maternidad responsables, así como los métodos y técnicas anticonceptivas.	Viernes 20 de agosto.
Guía 21: Hablemos de sexualidad 4. El tóxico Vs. la tóxica.	Una sana autoestima ayudará a favorecer relaciones de pareja saludables. Aprenderemos tips para apoyar a nuestros hijos en la estructuración de su autoconcepto, personalidad y autoestima, para evitar caer en relaciones tóxicas o dañinas.	Viernes 27 de agosto.
Mes de Septiembre		
Guía 22: Todo a las patadas.	La mirada, los gestos, "el tonito", la postura son mensajes silenciosos que hablan más fuerte que nuestra propia voz. Aprenderemos tips para reforzar nuestras palabras con nuestro lenguaje corporal.	Viernes 3 de septiembre.
Guía 23: Malas compañías.	Fortalecer el autoconcepto, la seguridad en sí mismo, la comunicación familiar, los valores familiares, son factores protectores que operan como un agente encubierto a la hora de elegir a sus amistades.	Viernes 10 de septiembre.
Guía 24: Algo huele mal.	Existen algunas señales en el comportamiento de nuestros hijos que nos pueden alertar sobre el riesgo de iniciar el consumo de sustancias psicoactivas, más conocidas como "drogas" o "alucinógenos". Se ofrecerán	Viernes 17 de septiembre.

	algunos tips sobre qué hacer cuando existan signos de alarma.	
Guía 25: Evaluando lo aprendido.	Un divertido test que le permitirá evaluar los conocimientos adquiridos durante la lectura de las guías.	Viernes 24 de septiembre.

Se agradece de antemano por su disposición para diligenciar el formulario de expectativas y sugerencias que podrá encontrar en el enlace:

<https://forms.gle/vdFNArBgKs5pQkx9>

Todas las guías se publicarán también en la página web del colegio de acuerdo con las fechas programadas.

Inquietudes:

Debbie Johanna Hincapié Camelo

Docente Orientadora

Celular - Telegram - Whatsapp: 3053228837

Correo electrónico: orientadora.ieadm@gmail.com