



Tips para el regreso a clases

El regreso a clases es una mezcla de incertidumbre, emoción y nuevos retos que pueden generar estados de ansiedad en las partes involucradas: padres, docentes y alumnos. Después de las vacaciones, volver al trabajo o escuela y al ritmo de vida habitual nos causa alteraciones físicas y psíquicas, leves y pasajeras, pero angustiantes debido a la readaptación, a la reacción de resistencia y rechazo; esto es lo que se conoce hoy en día como el síndrome post vacacional que afecta tanto a adultos jóvenes como a niños, y suele durar de dos días a una semana. No se trata de una enfermedad, es algo pasajero mientras se realiza el reajuste a la actividad escolar.

Es necesario pasar por un período de reajuste para retomar las actividades con buen pie después de las vacaciones escolares. El regreso a clases trae expectativas frente a los nuevos compañeros de clase, los nuevos maestros o profesores y el entusiasmo frente a las metas planteadas.

Es frecuente que en todo proceso vacacional los niños y jóvenes presenten cambios en sus hábitos, por ejemplo las horas de comida. Durante las vacaciones regularmente los niños comen más y mejor debido a que disponen de más tiempo, se encuentra más relajados y descansados; así que el volver a la rutina y las prisas del horario de clases les significa un cambio en su forma de alimentarse o ir a la cama.

A medida que se va acercando el primer día de clases, los niños y jóvenes comienzan a sentirse inquietos y un poco angustiados. Tanto los padres como los docentes están conscientes de esta situación, así que cada una de las partes debe trabajar para que el niño o joven se sienta más tranquilo y aprenda a verle el lado positivo a los cambios que va a enfrentar.

Para los docentes

1. Recibir a los estudiantes con optimismo y energías recargadas para continuar con el proceso de enseñanza.
2. Transmitir seguridad y tranquilidad.
3. Hacer el regreso a clase lo más atractivo posible.
4. Establecer las reglas de juego, desde el primer día, de manera agradable y fácil de entender para el grupo, usando el entusiasmo y la curiosidad más que la intimidación.
5. Crear un ambiente abierto y de diálogo desde el primer día, que incentive la participación y deje a los estudiantes saber qué se espera de ellos y qué pueden ellos esperar de la clase.
6. Motivar al diálogo y validar las experiencias de sus alumnos.
7. Tener paciencia con la adaptación a los horarios escolares y hábitos académicos.
8. Para el primer día, planificar una actividad que permita a los estudiantes hablar entre ellos, conocerse y resolver problemas en compañía.
9. Despejar dudas y responder inquietudes.
10. Abrir canales de comunicación desde el primer encuentro. Esto creará un ambiente de confianza que le permitirá hacer un seguimiento de las situaciones que puedan surgir en la clase, que los estudiantes lo vean como un mediador y no un dictador.

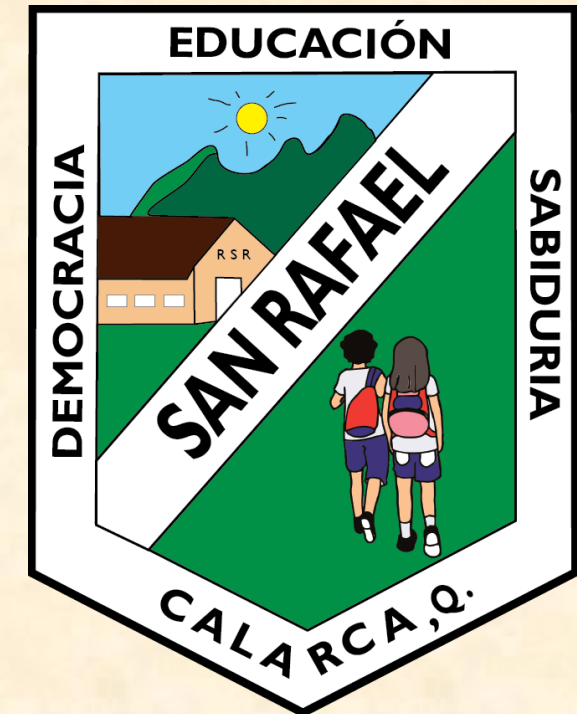
Este contenido ha sido publicado originalmente por Salud al Día en la siguiente dirección: encartasaludaldia.com | Autor: Carola Rivas Vetencourt



“Un horizonte educativo para el Campo”

INSTITUCION EDUCATIVA RURAL SAN RAFAEL

“Educación basada en valores, Para formar ciudadanos con Autonomía, liderazgo y honestidad”



**AGENDA DE
ACTIVIDADES
Nro. 01**

**SEMANA I
DEL 13 AL 17
DE ENERO DE 2020**

LUNES 13 DE ENERO

7:30 A.M. Asunto: Bienvenida Lugar: Sede la Primavera

8:00 A.M. Asunto: Orientaciones generales del Equipo Directivo

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo, docente y administrativo.

8:30 AM Reunión De Rectores De Calarcá Con La Contraloría

8:30AM Actividad de Bienvenida

Lidera: Jorge Leonardo Otalvaro

10:00 A.M. Descanso

10:30 Reflexión a cargo de la coordinadora Sandra Milena Cabrera

11:30 AM Autoevaluación Institucional y Plan de mejoramiento 2020

MARTES 14 DE ENERO

7:30 A.M. Asunto: Socialización de autoevaluación y planes de mejoramiento, Evaluación de proyectos y planes de Área.

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo y docente.

10:00 A.M. Descanso

10:30 A.M. Asunto: Elección Integrantes Gobierno

Escolar, Comités y Proyectos Lugar: Sede la Primavera Asiste: Todo el equipo docente y coordinadores

11:00 A.M. Asunto: Elaboración del cronograma institucional

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo y docente.

3:00 PM Reunión con nuevo Alcalde de Calarcá

Asiste: Rector

MIÉRCOLES 15 DE ENERO

7:30 A.M. Contribuciones individuales y manual de funciones

9:00 AM Fundación Niños de la Esperanza

10:00 A.M. Descanso

10:30 A.M. Asunto: Reunión por proyectos – Ajustes a los proyectos, plan operativo y cronograma de del proyecto

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo y docente.

JUEVES 16 DE ENERO

7:30 Componentes Escuela Nueva

Lidera: Benilda Villa Montes

9:30 A.M. Asunto: Reunión por áreas Revisión del Plan de área - Elaborar plan operativo y cronograma del área

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo y docente.

VIERNES 17 DE ENERO

7:30 A.M. Asunto: Reunión por áreas Revisión del Plan de área - Elaborar plan operativo y cronograma del área

Lugar: Sede la Primavera

Asiste: Todo el equipo directivo y docente.

Todas la personas que conozco que han alcanzado el éxito con lo que hacen, lo han conseguido porque les apasiona hacerlo." - Joe Penna, Creador del MysteryGuitarMan

Institución Educativa San Rafael
"Un Horizonte Educativo para el Campo"

MISIÓN

La Institución Educativa Rural San Rafael ofrece una formación fundamentada en valores humanos, familiares y sociales, preservando el entorno natural, con énfasis en la convivencia pacífica y la acción social, desarrollando una cultura inclusiva, enfocada al desarrollo de las capacidades críticas y creativas de sus estudiantes para la autonomía y la honestidad en cualquier escenario que la vida les presente

VISIÓN

La Institución Educativa Rural San Rafael será un centro incluyente de atención, formación y producción para el desarrollo del conocimiento y valores sociales que le permita al estudiante, ser artífice y participe de la cultura y la sociedad.



Luz Adriana Serna Marín Enero 2
Sandra Milena Cabrera Tamayo Enero 8
Luz Dennys Tovar Cuellar Enero 15
Mary Isleny Merchan Vargas Enero 22

