

Explorando Estrategias para Estudiantes en Educación Especial

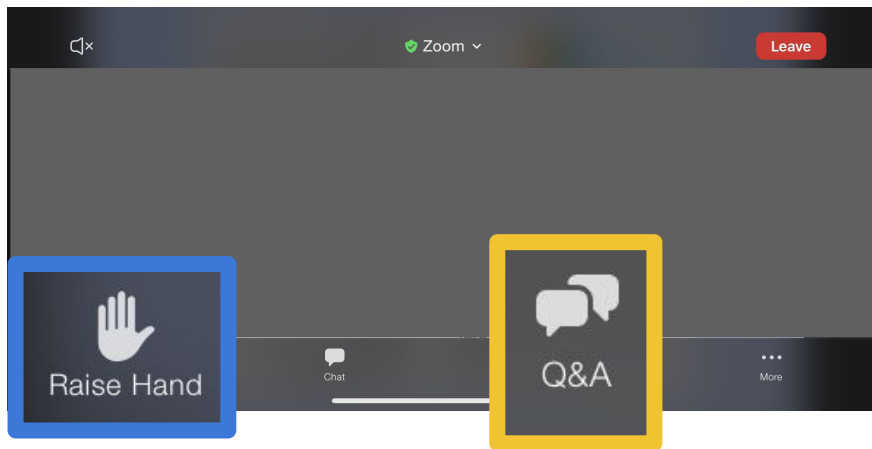
1 de octubre de 2020



¡Bienvenidos!

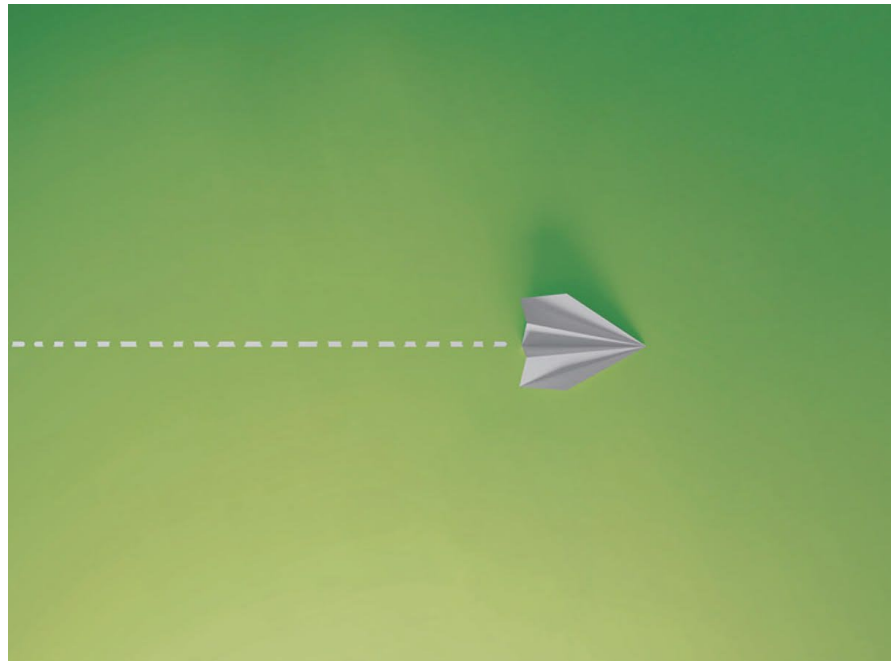


- Los enlaces y la presentación estarán disponible en nuestro sitio web: u-46.org/webinars.
- Preguntas y comentarios durante la sesión se pueden incluir en la opción de Q&A.
- La opción de Chat se usará para compartir los puntos claves y enlaces.



Nuestros Temas de Hoy:

- 10 Estrategias que los padres pueden tomar para maximizar el aprendizaje a distancia
- Cómo crear un ambiente de aprendizaje en casa que fomenta el éxito académico
- Poder identificar y manejar las expectativas en el comportamiento con respecto a la rutina donde se encuentra el aprendizaje
- Aprender los fundamentos del comportamiento y el apoyo académico disponible para los estudiantes en educación especial



10 Estrategias Que Los Padres Pueden Tomar Para Maximizar el aprendizaje a distancia

- 1) Enfóquese en establecer rutinas
- 2) Crear un ambiente de aprendizaje
- 3) Familiarícese con el sistema de gestión del aprendizaje (es decir, Canvas) y la tecnología educativa
- 4) Modelo y prácticas de habilidades de aprendizaje a distancia
- 5) Haga del sueño una prioridad
- 6) Monitorear "Tiempo en pantalla"
- 7) ¡Sé positivo, mantente positivo, recompensa y elogio!
- 8) La colaboración entre el hogar y la escuela es importante
- 9) Cuida de ti mismo
- 10) Se necesita un pueblo ... Sepa cuándo buscar ayuda

#1 - Establecer rutinas

- Los días son en realidad solo una serie de "rutinas" agrupadas.
- Concéntrese primero en las RUTINAS CRÍTICAS
 - Rutina de la mañana
 - Rutina de desayuno
 - Rutina (s) de la escuela
 - Descanso
 - Merienda/almuerzo
 - Juego / Social
 - Quehaceres
 - Hora de dormir

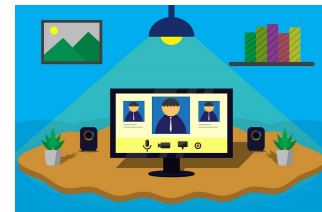
#1 - Establecer Rutinas

- Como mínimo, intente tener rutinas para todo.
 - Comer, alimentarse, vestirse, ir al baño y la vida diaria
- Tenga un horario diario para sus rutinas
- Asegúrese de que las rutinas que establezca ayuden a desarrollar habilidades de independencia y que se alineen con ayudar a su hijo(a) a prepararse para la escuela todos los días
- Recompense los comportamientos alineados con seguir las rutinas
- Recuerde...toma 28 días el desarrollar un hábito

Sugerencia: piense más allá de la escuela...quehaceres,descanso, actividades, social,etc.

2 - Crea un ambiente de aprendizaje

- **Encuentre un lugar que sea "suyo" para aprender para cada niña/niño**
 - No tiene que ser elegante ... puede ser en un escritorio, mesa, mesa de cocina, mostrador, etc.
 - Recomendación: no donde se encuentren juguetes
 - *Meta: establecer un espacio consistente*
- **Sea estratégico sobre el posicionamiento del "espacio de trabajo"**
 - Limite las distracciones
 - ¿Dónde va a poner el espacio de trabajo?
 - ¿Hay distracciones?
 - ¿En qué dirección estará mirando el niño?
 - ¿Qué tan confiable es el internet?
 - ¿Hay un enchufe cerca?
 - ¿Se puede monitorear fácilmente al niño mientras está en este espacio?



2 - Crea un ambiente de aprendizaje

- **Prepare y organice los materiales escolares**
 - Tecnología
 - Papel
 - Lápiz
 - Fidgets (si es necesario)
 - Apoyos sensoriales
- **Establezca expectativas de aprendizaje y coloquelas en un lugar visible**
(por ejemplo: reglas del salón)
 - Expectativas de los maestros (ejemplo: Seguridad, Ser Respetuoso, Ser Responsable)
 - Pídale al maestro(a) una copia de estas...

SUGERENCIA: Trate de no utilizar el entorno de aprendizaje para varias actividades a la vez .



#3 - Conozca los sistemas que usa la escuela

U-46 se ha alejado de Google Classrooms y ahora está utilizando CANVAS como el Sistema de Gestión de Aprendizaje

Los padres reportan que una de las fuentes de estrés más comúnmente reportadas durante el aprendizaje a distancia es la tecnología

¡Sea Valiente y Proactivo!

- Comprometerse a aprender CANVAS a través de la capacitación para padres



#3 - Conozca los sistemas que usa la escuela

U-46 ya tiene excelentes recursos y videos de capacitación para padres relacionados con aprender a usar tecnología y CANVAS:

[Sitio de capacitación para padres sobre tecnología \(HAGA CLIC AQUÍ\)*](#)

[Sitio de capacitación para padres sobre Canvas en U-46 \(HAGA CLIC AQUÍ\)*](#)

**Cuando visite estas páginas, puede usar la opción de "Translate" que se encuentra en la parte superior derecha para traducir la página.*

Tecnología constructiva: aspectos fundamentales que hay que saber ...

1. **Comuníquese**: qué herramientas, aplicaciones y programas de instrucción se están utilizando.

(Quien puede ayudar: Maestro(a), supervisora del caso, intervencionista, proveedor de servicios, etc.)

2. **Familiarícese** con el proceso de inicio de sesión para padres y estudiantes para estas herramientas, aplicaciones y programas.

(Que puede hacer: anote la información de usted y su hijo(a). Por favor no dependa del autoguardado)

3. **Aprenda y practique** cómo navegar por cada uno de los programas utilizados.

(No sea tímido...Pídale al maestro(a), proveedor de servicios, o intervencionista que le ayude aprender el programa)

Tecnología constructiva: aspectos fundamentales que hay que saber ...

4. Ahora que puede entrar ... **Sumérjase** y utilice las funciones!

Sugerimos iniciar con:

- a. Cómo enviar tareas y actividades
- b. Cómo enviar mensajes al profesor, proveedor de servicios
- c. Formas de hacer / enviar preguntas
- d. Cómo consultar el progreso, el desempeño y el trabajo incompleto

Recuerde, como padre usted conoce a su hijo(a) mejor que nadie.
¡Usted es un miembro importante del Equipo IEP!

4 - Modele y practique las habilidades de aprendizaje a distancia

Hay algunas reglas no escritas en el aprendizaje a distancia. Siga estas prácticas para ayudar a conseguir la mayor participación posible.

1. ***Esté preparado:*** tenga los materiales necesarios listos para aprender
 - a. Computadora portátil / tableta, cargador, insignia inteligente de Clever *, libros, lápices, materiales impresos, bocadillos, bebidas, fidgets, etc.
2. ***Utilice el entorno de aprendizaje:*** trate de permanecer en un lugar para recibir instrucción (si es posible)
 - a. Retírese del lugar durante el descanso. Recompensa / Elogio cuando regrese después de un descanso.

4 - Modele y practique las habilidades de aprendizaje a distancia

3. Trate de **limitar las "distracciones digitales"** para los demás.

- a. Sea consciente de lo que muestra su fondo (ubicación y posición)
- b. Considere usar la función "Fondo virtual" en zoom
 - i. [Fondo virtual" en zoom](#)
- c. [Practica habilidades útiles de zoom](#)
 - i. Cámara: Encendido / Apagado
 - ii. Micrófono: encendido / apagado
 - iii. Preguntas: Levantar / Bajar la mano

4 - Modele y practique las habilidades de aprendizaje a distancia

4. Comuníquese con el maestro / administrador de casos y pregúnteles sus expectativas de comportamiento
 - a. 3 - 5 expectativas de comportamiento declaradas positivamente
 - i. ***Premie y elogie temprano y a menudo***
 - b. Pida que se los proporcionen en un formato más apropiado para el desarrollo de su hijo / hija dadas sus habilidades y capacidades.
 - i. Escrito, visual, etc
 - c. Discuta y modele las expectativas con su hijo(a)
 - i. Verbalmente, uso de historias sociales, modelo directo, juego de roles, juegos, etc.
 1. ¡HÁGALO DIVERTIDO Y EMOCIONANTE!

Ejemplo de expectativas

My Space - Stay on task - Take a break if needed - Quiet voices 	Responsibility - Complete your work on time - Try your best 	Readiness - Review your work - Keep supplies organized 
Shared Areas - Follow parents' & teachers' rules - Give privacy - Respect social distancing 	- Body to self - Keep your things in your space - Stay clean 	- Put things away so you know where to find them next time 
Virtual Learning - Cooperate & include others - Use kind faces & comments - Take care of your device - Keep food & drinks away from devices 	- Honor one voice - Use your own device - Stay on task while using your device - Ask for help if you need it - Share helpful ideas CLICK HERE FOR COMMON SENSE VIDEO-BALANCE TECHNOLOGY	- Be on time for class meetings - Wait for your turn - Keep your device charged 
Home Learning - Help family members - Use kind words 	- Listen when others are talking 	- Follow your schedule 

At Streamwood High School, we Strive, Honor, and Succeed. Each and Every day!

Even during distance learning!!

	S - Strive	H - Honor	S - Succeed
Distance Learning	• Strive to be present. • Strive to persevere. • Strive to do your best. • Strive to help others. • Strive to find a quiet space. • Strive to complete and turn in assignments on time.	• Honor everyone's right to learn. • Honor others through kind words and tone. • Honor others through respectful nonverbal behaviors. • Honor others' cultures, opinions, and viewpoints.	• Succeed by engaging. • Succeed by attending class. • Succeed by using your planner. • Succeed by asking questions. • Succeed by having a "go-to" staff member.
Technology	• Strive to use your Chromebook safely. • Strive to keep your video on during online classes. • Strive to be mindful of your audio.	• Honor your equipment. • Honor responsible digital citizenship.	• Succeed by having your Chromebook charged or plugged in. • Succeed by staying on task.

Brinde un elogio, reconocimiento, y premio por el comportamiento alineado a las expectativas

#5 - ¡El sueño es fundamental!

El sueño es tan importante para el cuerpo humano como la comida, el agua y la seguridad física / emocional. Afecta el estado de ánimo, la memoria, el aprendizaje y la alimentación.

Los cierres escolares han cambiado el sueño de dos maneras para algunos niños

- Algunos dormían más (*resultado potencialmente positivo*)
- Algunos durmieron menos o durmieron en patrones no predecibles
 - Niños = La población con más probabilidades de haber desarrollado patrones de sueño no predecibles

Recomendaciones de la base del sueño:

- 3 a 5 años: entre 10 a 13 horas / día
- 6 a 13 años: entre 9 a 11 horas / día
- 14 a 17 años: entre 8 a 10 horas / día
- 18 a 25: entre 7 a 9 horas / día

Toddlers 1-2 years	11 to 14 hours
Preschoolers 3-5 years	10 to 13 hours
School-Age Children 6-13 years	9 to 11 hours
Teenagers 14-17 years	8 to 10 hours
Young Adults 18-25 years	7 to 9 hours
Adults 26-64 years	7 to 9 hours

#5 - Recuperar el sueño



Restablecer una rutina en la noche - Un plan de 10 días

1. Identificar el momento "ideal" para que un niño se vaya a dormir.
 - Base esto en la cantidad recomendada de horas para la edad
2. Identificar la hora "actual" en la que el niño *realmente* se va a dormir
3. Calcule la diferencia en minutos entre la hora "ideal" y la hora "actual"
4. Divida eso por 10, y tiene cuantos minutos más temprano debe ir a la cama diariamente.
5. Desarrolla un horario con cada uno de los 10 días siendo más corto por la cantidad calculada.

Restablecer la Rutina en la Noche (Ejemplo)

Chris es un estudiante de 10 años que usualmente se va a dormir a las 10 pm y se despierta a las 6 am.

- Horas recomendadas = 9 a 10 horas
- Hora para despertarse = 6:00 am
- Hora que se va a dormir actualmente = 10:00 pm
- Hora ideal para irse a dormir (i.e. 10 horas antes de la 6 am) → 8:00pm
 - Diferencia entre la hora “actual” y la hora “ideal” (entre las 10:00 y 8:00) = 120 min (2 horas)
- Cuantos minutos se deben agregar cada día → 12 minutos

Nuevo Horario de Dormir (Plan de 10 días)									
9:48pm	9:36pm	9:24pm	9:12pm	9:00pm	8:48pm	8:36pm	8:24pm	8:12pm	8:00pm

#6 - Monitorear el tiempo en pantalla

Sabemos que hay investigaciones sobre el tiempo viendo el televisor. La información sobre el tiempo “en pantalla” relacionado a la educación es limitada.

Tome en cuenta: Mientras es divertido... ¡no todas las aplicaciones y actividades son educativas!

- comuníquese con su maestro, manejador de caso y el equipo de IEP para recomendaciones

Encuentre un balance!

Establezca descansos

- Movimiento
- Regla 20-20-20(cada 20 min, mira algo que este a 20 pies, por 20 segundos)

#6 - Sugerencias para limitar el tiempo en pantalla

1. Trate de variar los formatos de lectura
 - a. Para tareas complejas, el papel es comúnmente más ideal
2. Establezca descansos dentro del horario como parte de la rutina
3. Durante los descansos instruccionales haga actividades que no sean en la pantalla (ejercicio, jugar, bailar, movimiento, etc)
4. Establezca descansos regulares de tecnología o identifique zonas libres de tecnología.
 - a. Cena, juego en familia, afuera de la casa

#7 - Se positivo y mantente positivo

1. Siempre trata de *¡empezar bien y terminar bien!*
 - a. A veces “forzar” los últimos dos problemas pueden minimizar los 8 que fueron hechos correctamente.
2. Este seguro de “*¡Ayudar a su hijo en el nivel que se encuentra!*”
 - a. Recuerda, ve suave para ir rapido
 - b. No muy dificil , no muy fácil...justo a la medida
3. Se la recompensa
 - a. Elogia y recompensa mucho y temprano
 - b. Empodera el comportamiento positivo
 - c. Considera utilizar un sistema de recompensa

#7 - Se positivo y mantente positivo

4. Considera implementar un sistema de recompensa en el hogar
 - a. Más común es el sistema económico de fichas o *tokens*
 - i. Puede ser puntos, stickers, marcas de cotejo, caras felices, etc.
 - ii. Enfócate en darle valor a los comportamientos correctos en vez de empoderar los comportamientos retadores.
 - iii. Es difícil, siempre trata de mantenerte positivo.

[¿Qué es la economía de fichas?](#)

[Video: Economía de Fichas](#)

#7 - Se positivo y mantente positivo

5. Para niños mayores, considere un contrato de comportamiento

- a. El niño debe aportar a los términos
- b. Acuerdo entre ambas partes para ser justos
 - i. Escriba claramente el comportamiento a cambiar
 - ii. La meta/el resultado a lograr
 - iii. El pago por lograr meta

[Que es un contrato de comportamiento \(pulse aqui\)](#)

[Ejemplos básicos de contratos de comportamiento](#)

#8 - La colaboración es clave

Piense en una colaboración entre usted y el maestro

¡Los padres no son expertos en las materias!

La comunicación es IMPORTANTE para el éxito

- Investigación sobre frustración de padres
 - *La frustración mas comun:* limitada o insuficiente comunicación sobre horarios, tareas
 - *La segunda más común:* Sentirse que no recibe comunicación del maestro a estudiante y el tiempo de maestro a estudiante

#8 - La colaboración es clave

Expresar sus necesidades y la de su hijo/a nunca es malo

- La manera en que comunicamos nuestras necesidades puede influenciar la respuesta y los resultados que recibimos

Un abogado inteligente una vez me enseñó que debemos:

- proyectar buena actitud
- mantente calmado
- Da seguimiento

Como en toda relacion ... a veces necesitamos más ... a veces necesitamos menos.
Comunicate con a la escuela.

#9 - ¡Cuida de ti mismo!

1. Mantén un balance entre trabajo y tu vida
2. Mantén un espacio de trabajo para ti
3. Crea un plan para monitorear el progreso de tu hijo/a
4. Establece una rutina e incluye el sueño como prioridad
5. Establece una rutina en la mañana
6. Programa descansos
7. Termina el día con una rutina positiva
8. Toma tiempo para ti
 - a. Ejercicios
 - b. Relevo de stres
 - c. Relajación

#10 - Somos un equipo...¡Pide ayuda!

El enfoque de equipo es importante para el éxito de nuestros estudiantes

Personas y grupos interesados en el éxito de tu hijo(a)...

- Miembros de la familia
- Proveedores de servicio externo
- Equipo de IEP
- Equipo del salón
- Entrenadores, consultores y proveedores de servicio
- Administradores escolares
- Etc.

La comunicación con estos grupos es importante

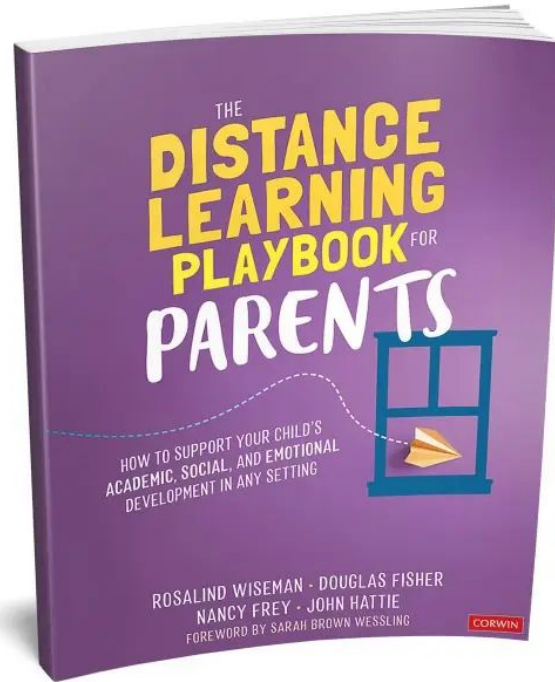
#10 - Somos un equipo...¡Pide ayuda!

El apoyo es igual a muchas cosas en la vida... Es mejor tener apoyos y no necesitarlos que necesitarlos y no tenerlos

***Si tu o tu hijo/a están teniendo problemas. No espere...
¡Inmediatamente pida ayuda!***

Si te gusto esto y quieres más...

Mira este libro.....



¡Gracias!

- Por favor no olvide completar nuestra encuesta.
- U46Participa Sesiones Virtuales:
u-46.org/webinars
- Salón Digital: u-46.org/learning
- ¿Preguntas?
 - u-46.org/SpecializedServices
 - Escuela Secundaria - Subdirector(a) de Servicios Estudiantiles
 - Escuela Intermedia y Elemental - Administrador de Educación Especial
 - Let's Talk



Referencias

Anderson, R.C., Wilson, P.T., Fielding, L. (1988). Growth in reading and how children spend their time outside of school. *Research Quarterly*, 23(3)

Fisher, D., Frey, N., Hattie, J., (2020) *The distance learning playbook, grades K-12: Teaching for engagement and impact in any setting*. Thousand Oaks, CA: Corwin

Hintner, D. (2020). *Tips for surviving remote school*. Retrieved from <https://www.raisingdigitalnatives.com/wp-content/uploads/2020/08/Tips-for-surviving-remote-school-by-Devorah-Heitner-author-of-Screenwise-4-1-1.pdf>

National Sleep Foundation (2015), *National Sleep Foundation Recommends New Sleep Times*. Retrived from <https://www.sleepfoundation.org/press-release/national-sleep-foundation-recommends-new-sleep-times>

So, A. (2020). How to make remote learning work for your children. *Wired*. Retrieved from <https://www.wired.com/story/remote-learning-school-coronavirus-tips/>

Wiseman, R., Fisher, D., Frey, N., Hattie, J., & Wessling, S. B. (2020). *The distance learning playbook for parents: How to support your child's academic, social, and emotional learning in any setting*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press, a SAGE Publishing Company.