



Muy queridas estudiantes quisiera primero que todo saludarlas, transmitiéndoles los buenos deseos, que sea este año un nuevo desafío escolar en pandemia, sabiendo que ya cuentas con la experiencia del año pasado, por tanto hay mayor conocimiento y mayores herramientas para afrontar el modo de aprender en formato virtual. Según experiencias relatadas por estudiantes de Enseñanza Media y Primer año de Universidad, recomiendan a todos los estudiantes aquello que consideran fundamental: Activar la cámara en clases, formar grupos virtuales de estudio con las compañeras, alejarse del celular para evitar distracciones y cefaleas por pasar mucho tiempo frente a una pantalla, éstas son parte de las experiencias que ellas y ellos vivieron el año pasado.

Querida Sofía, Camila, Agustina, Josefa...o como te llames, te invito a encontrar el sentido que tiene para tu desarrollo personal el hecho de que pongas todo lo que esté a tu alcance para lograr aprendizajes de

calidad, no permitas que por falta de atención se merme tu desempeño. Creemos en Ti!

A continuación comparto contigo algunas claves que te ayudarán.

Con cariño: Sor Violeta.

TIPS QUE OPTIMIZAN TU APRENDIZAJE



1. Haz un calendario donde puedas anotar las fechas de tus pruebas, evaluaciones y actividades, esto te ayuda a organizar tus tiempos.

2. Interactúa con tus compañeras y profesores, plantea tus inquietudes, pide o entrega ayuda a quienes lo necesitan.



3. Aléjate un rato del celular: hay muchas distracciones al tener tus clases *on line*, es fundamental prestar el máximo de atención, por dicha razón te recomendamos apagar o dejar fuera de tu alcance el celular (si es que no estás trabajando con éste)



4. Busca, en tu tiempo libre, un pasatiempo que no involucre pantallas (celular, computador etc.) realiza trabajos manuales porque ayudan a combatir el estrés, escucha música, camina aunque sea en el patio de tu casa, en el pasaje donde vives etc.

5. No te quedes con dudas, aunque en la enseñanza a distancia no es tan fácil levantar la mano, activa redes con tus profesores o compañeras que hayan comprendido mejor, usa el whatsapp que tienen con tu profesor/a jefe o el



correo electrónico, si no recibes respuesta avisa a tu profesor jefe.

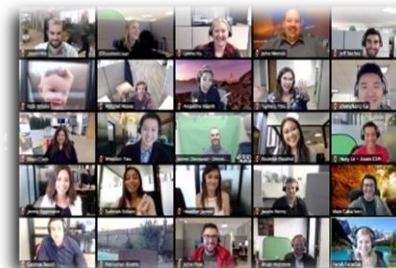


6. Organiza en lo posible un lugar físico de estudio que sea estable, libera este lugar de muchos afiches que no están vinculados con el estudio, esto te permitirá mejorar tu concentración y te ordenara interiormente.

7. No te desanimes con tus primeras notas o resultados de evaluaciones.



8. Enciende la cámara. Es muy relevante PERDER el miedo a la VERGÜENZA, es muy importante interactuar en las clases con tu profesor/a y compañeras, te permite plantear tus inquietudes, intenta compartir tu opinión a través del micrófono o chat respecto a lo que se está viendo como materia, incluso es



fundamental encender tu cámara porque te permite mantenerte activa en clases y te ayuda a estar más motivada. Para los profesores es angustiante no saber si estás presente o no, si estás atendiendo o no, si estás aprendiendo o no, ya que el lenguaje no verbal o gestual ayuda a retroalimentar los procesos. Para los profesores es desmotivante ver PANTALLAS NEGRAS. Si prendes la cámara y participas, la experiencia se asemejará más a la modalidad presencial, además de esta manera te ayudara más a concentrarte y las clases se volverán más dinámicas

Anímate y sumate a adquirir estas formas de estar en clases, que sea un gran y motivador desafío aprender en modo virtual