



PERÚ

Ministerio  
de Educación

**APRENDO**  
en casa

# CARPETA DE RECUPERACIÓN

## LA NUEVA TRAVESÍA

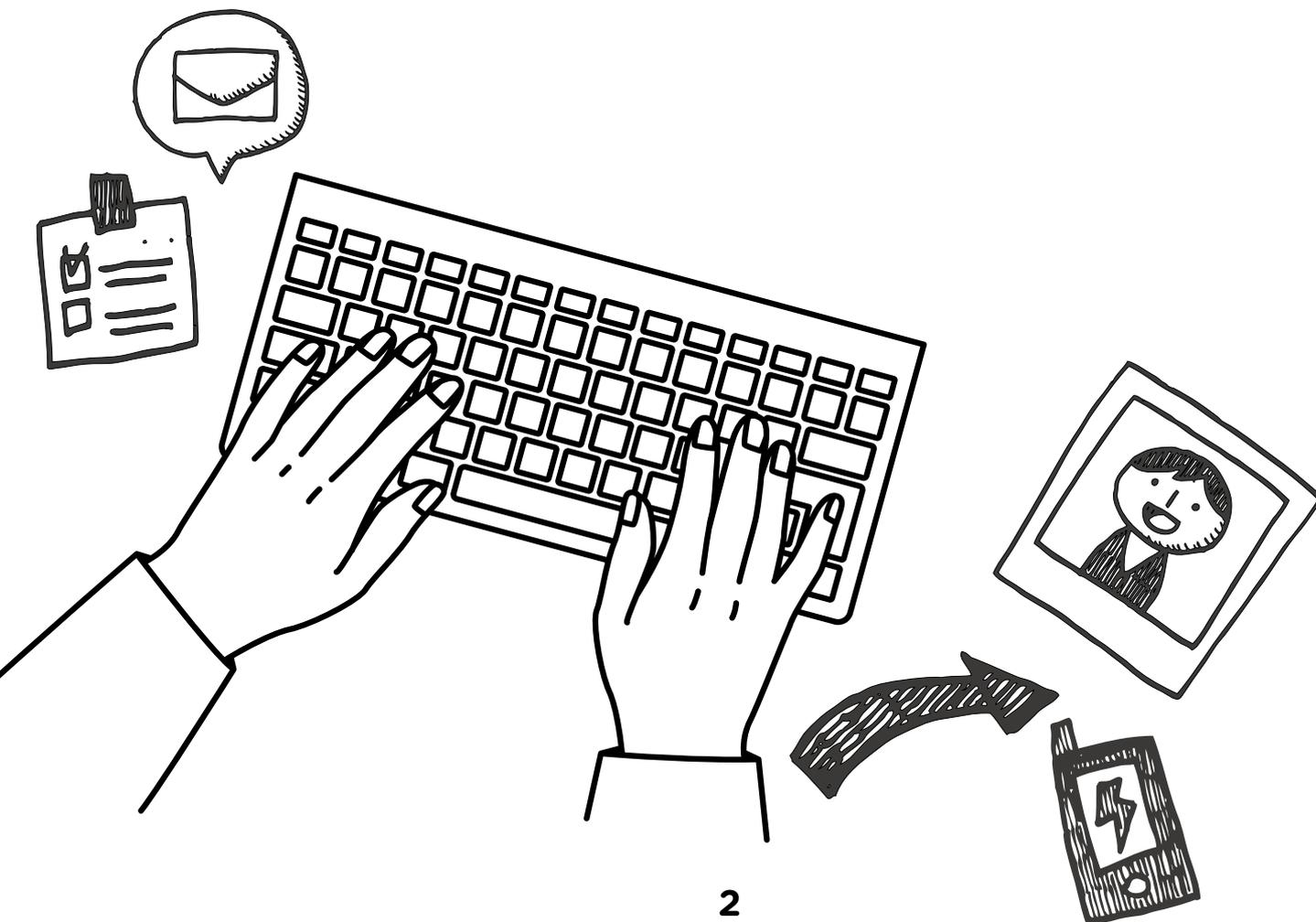


## PROPÓSITO

Con esta carpeta serás la y el gestor de tus propios aprendizajes durante dos meses. Durante este periodo, vivirás experiencias de aprendizaje que son esenciales para que sigas adelante con tus estudios y avances en el desarrollo de algunas competencias. Estamos seguros que disfrutarás de cada actividad, en compañía de tu familia, quien celebrará tus logros.

### Esta guía te acompañará,

- Si tuviste problemas durante el año para conectarte de manera continua.
- Si ingresaste de manera tardía.
- Si te costó mucho realizar las actividades durante el proceso de aprendizaje del año anterior o durante el 2020.



## BIENVENIDA Y BIENVENIDO

En la carpeta encontrarás experiencias de aprendizaje que podrás realizar a lo largo de los dos meses de vacaciones.

- En cada experiencia te encontrarás **una situación interesante** que te planteará **un reto** que lograr. Para ello, vas a investigar, descubrir nuevos mundos y disfrutar del aprendizaje.
- Mientras cumples con tu reto, irás desarrollando diversos aprendizajes, **llamados propósitos**. Cuéntale a tu familia el reto y lo que aprenderás a hacer, y dialoguen sobre lo que significa para ti.
- En cada experiencia tendrás que realizar un **producto final** que demuestre lo que has aprendido.
- Luego, verás un **mapa del tesoro**, en el que encontrarás trazada una ruta de aprendizaje. La ruta tendrá una **serie de actividades** que te llevarán a encontrar el tesoro.
- Para que sepas si lo lograste, encontrarás una lista de desempeños que te permitirán auto **evaluarte** durante todo el proceso y ver cómo vas mejorando.



## Haz memoria

- Ahora recuerda algo que aprendiste, puede ser: nadar, manejar bicicleta, pintar o preparar alguna comida. Seguro que tuviste compañía y alguien te enseñó a lanzarte al río y a protegerte; o tal vez alguien te agarró de la bicicleta hasta que pudiste mantenerte en equilibrio o algún familiar te apoyó en la cocina hasta que aprendiste a preparar los alimentos solo o sola.
- En este caso, pedirás ayuda cuando sea necesario, hasta que te transformes en:



**UNA APRENDIZ AUTÓNOMA  
UN APRENDIZ AUTÓNOMO**



## ¿CÓMO APRENDO SOLA O SOLO?

### El juego de las preguntas

Cada vez que empieces una experiencia podrás usar estas y otras preguntas que se te ocurran para acompañar tu proceso de aprendizaje:



### Toma en cuenta que:

- Preguntarse a si misma/o es una de las actividades más importantes en el proceso de aprendizaje.
- Conversar sobre la experiencia que vas a realizar con alguien de tu familia te ayudará a comprenderla mejor.
- Pregunta a un familiar qué conoce sobre el tema que vas a trabajar y si no sabe sobre él, coméntale de qué se trata. No olvides ir contándole lo que vas aprendiendo.

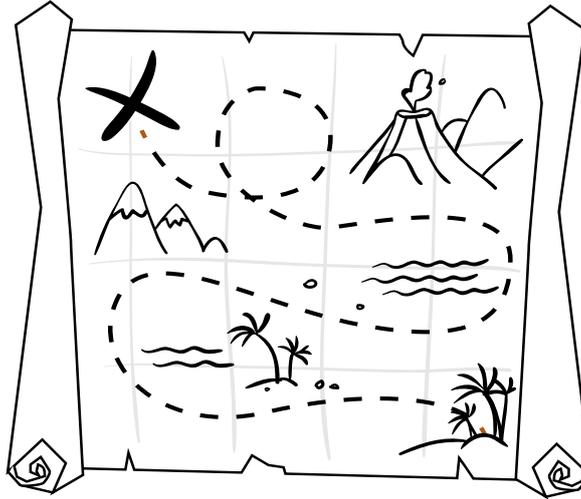
**¡Preguntar es esencial para aprender!**

## ¿CÓMO ME ORGANIZO?

“EL TODO ES MÁS QUE LA SUMA DE LAS PARTES”

Cada ruta de aprendizaje es como un Mapa del tesoro

Tú eres **la capitana o capitán del barco** y depende de ti cuándo quieres comenzar a navegar.



El tesoro es el **producto final** que muestra que has logrado el **propósito**.

La trayectoria contiene todas las **actividades** que te llevarán a lograr tu meta.

### CLAVES PARA LA CAPITANA Y CAPITÁN DE LA EMBARCACIÓN

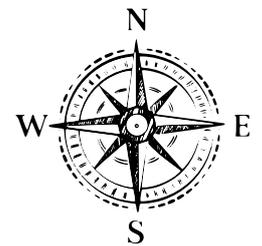
- 1. USA EL CATALEJO:** el catalejo es un instrumento que se usa para navegar que te permite mirar de cerca aquello que está lejos. Nosotros no tenemos uno en casa, pero realizaremos lo que hace uno de ellos. Para ello, mira el producto que debes elaborar como parte de toda tu travesía y revisa cuáles son las actividades de la experiencia de aprendizaje. Eso te ayudará a programar tu tiempo y saber cuáles son los momentos importantes que debes tener en cuenta durante el camino.



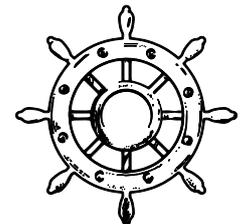
**2. BUSCA EL FARO:** cada vez que los capitanes se sienten perdidos, buscan la luz del faro para ubicarse y seguir su ruta. El faro es una torre de señalización luminosa que orienta al navegante. En los lugares donde no hay faros, la luna y las estrellas pueden ser también nuestra guía. Cuando te sientas confundida o confundido identifica a algún familiar o persona de la comunidad, que será como tu “faro” que te iluminará con su apoyo. Hazle preguntas hasta que comprendas bien el reto. Si esta persona es alguien que no forma parte de tu familia cercana, comunícalo a las personas que viven contigo.



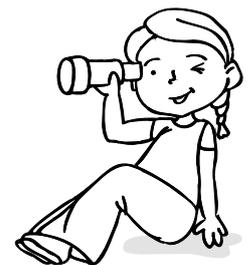
**3. USA LA BRÚJULA:** los navegantes usan la brújula para saber si van por buen camino. Otros usan sombras en el día o estrellas en la noche. La guía es como tu brújula, ella siempre orientará tus pasos para avanzar hasta lograr el propósito.



**4. MANEJA EL TIMÓN:** una capitana o capitán del barco siempre dirige su timón y sabe cuándo girarlo para llevar a los tripulantes por un lugar seguro. Tu manejarás el timón cada vez que decidas cuándo trabajar y en dónde. Y cada vez que decidas emprender un proyecto y superar todos los obstáculos posibles para lograrlo.



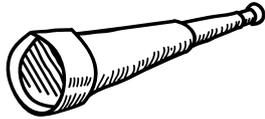
**5. CAPITANA O CAPITÁN:** la palabra capitán viene del latín caput, que significa cabeza, y es que literalmente la capitana o el capitán, encabeza el mando de la embarcación por tener las competencias que así le facultan. En tu caso, es importante que conozcas cuales son tus principales fortalezas como capitana o capitán.



**¡Es hora de levantar el ancla para navegar!**



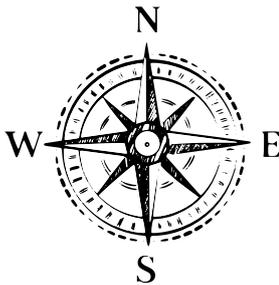
## LISTA/O PARA EMPRENDER EL VIAJE



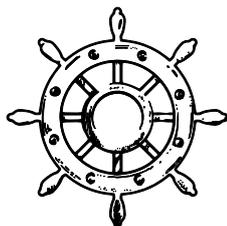
**TEN CLARO EL PROPÓSITO Y PRODUCTO FINAL**



**¡BUSCA AYUDA EN TU CASA!**



**ESTA GUÍA ES TU BRÚJULA. SIEMPRE ENCONTRARÁS AQUÍ LA RUTA.**

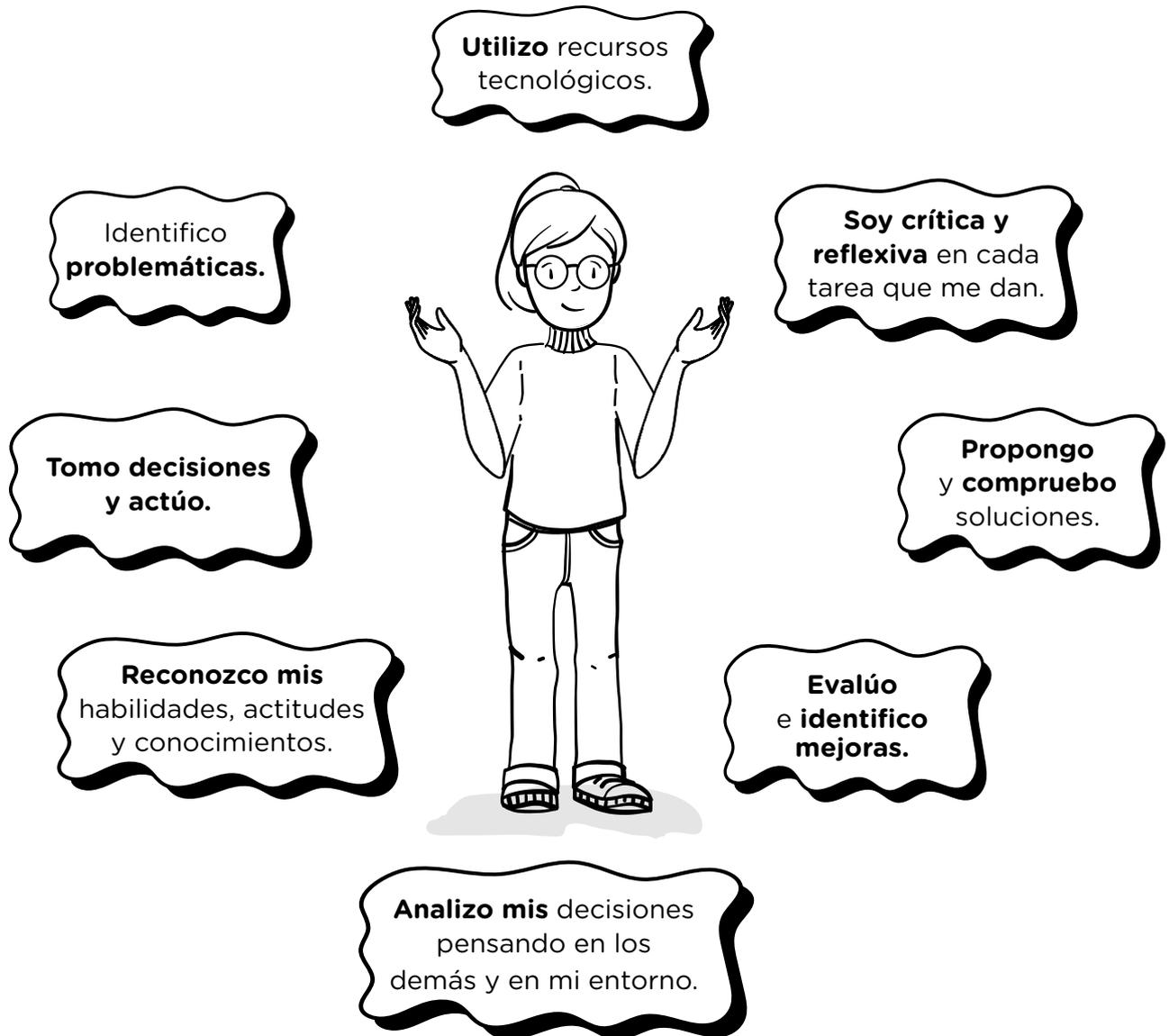


**DE TI DEPENDE QUE AVANCES. ERES LA CAPITANA O EL CAPITÁN DE TU PROPIO DESTINO.**



**No importa cuál sea el navío, que vayas por mar, por río o por lago, tu navegarás y descubrirás nuevos tesoros.**

## MIS FORTALEZAS PARA APRENDER A NAVEGAR



- Identifico problemáticas **CUANDO** comprendo la situación, problema, reto o desafío planteado en la experiencia de aprendizaje.
- Tomo decisiones y actúo **CUANDO** comprendo el propósito de la experiencia y me organizo, busco los materiales, las fuentes necesarias y pregunto cuando hay algo que no conozco.
- Reconozco mis habilidades, actitudes y conocimientos **CUANDO** me doy cuenta que puedo realizar cada actividad por mi misma o por mi mismo y reconozco los recursos personales y medios que tengo a disposición para desarrollar la experiencia de aprendizaje y lo que tengo que aprender.
- Analizo mis decisiones pensando en los demás y en mi entorno **CUANDO** realizo mis trabajos con responsabilidad.

- Evalúo e identifico mejoras **CUANDO** utilizo instrumentos de evaluación y determino qué tengo que hacer para mejorar mis producciones.
- Propongo y compruebo soluciones **CUANDO** analizo los conceptos, nociones, ideas clave y procedimientos a realizar y me aseguro que funcionan y si no funcionan busco nuevos caminos.
- Soy crítica y reflexiva **CUANDO** reconozco qué dificultades tuve, qué estrategias o procedimientos fueron más eficientes y cuáles no.
- Utilizo recursos tecnológicos **CUANDO** aprovecho la tecnología producida por mi comunidad y nuestros antepasados y cuando aprovecho la conectividad para explorar diferentes recursos y aplicaciones.

The image shows a central cartoon boy with a car on his chest, representing a learner. Surrounding him are six curriculum pages from different subjects, each with arrows pointing towards him, indicating that the learning process is integrated into his life. The subjects are:

- Ciencia y Tecnología:** Focuses on understanding the scientific method and applying it to solve problems.
- Educación Física:** Emphasizes physical activity and understanding the human body.
- Personal Social:** Deals with social interactions, family, and community.
- Artes y Cultura:** Encourages creative expression and appreciation of cultural heritage.
- Comunicación:** Focuses on effective communication and media literacy.
- Matemática:** Teaches mathematical concepts and their application in real life.

**¡Tengo mucho por aprender y descubrir durante esta travesía!**

**ME PREPARO PARA ESTUDIAR**

**¡ABRÁZATE!**

Es bueno para el cerebro y para el corazón.



**¡ESTÍRATE!**

Es bueno para que tu cuerpo sienta energía.



**¡RESPIRA!**

Sal a la puerta de tu casa y respira.



**¡DESPLÁZATE!**

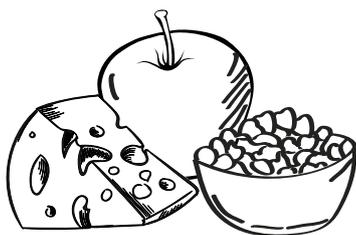
Entre actividad y actividad, muévete o camina un poco.

También puedes conversar con algún familiar sobre lo que estás haciendo.



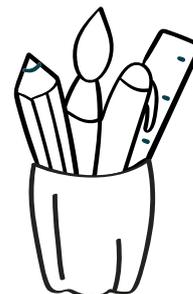
**¡TOMA UN DESCANSO!**

Come algo a media mañana para recuperar energías.



**¡ARREGLA TU ESPACIO!**

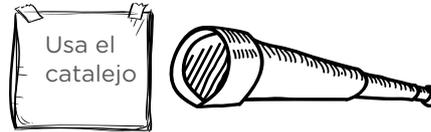
Y ordena tus materiales como para volver a empezar.



## ESTRATEGIA PARA COMENZAR

1. Da una mirada general a toda la experiencia. Primero “mira el bosque” y luego ve “cada árbol”. Esto quiere decir, que revises toda la experiencia y le des una leída rápida.

Mira cómo lo puedes hacer:



**Busca el título de la experiencia**

**¿Conocías algo de la situación?**

**Usa el catalejo**

**Relaciona la situación significativa con el reto**

**Revisa el producto y ponte una meta**

## Herramientas digitales



Si tienes acceso a internet puedes complementar lo que estás haciendo utilizando alguna aplicación.

1. Revisa parte por parte y realiza todas las actividades en la secuencia que te han dado. Sigue la ruta. Disfruta de cada actividad y aprende en cada una.

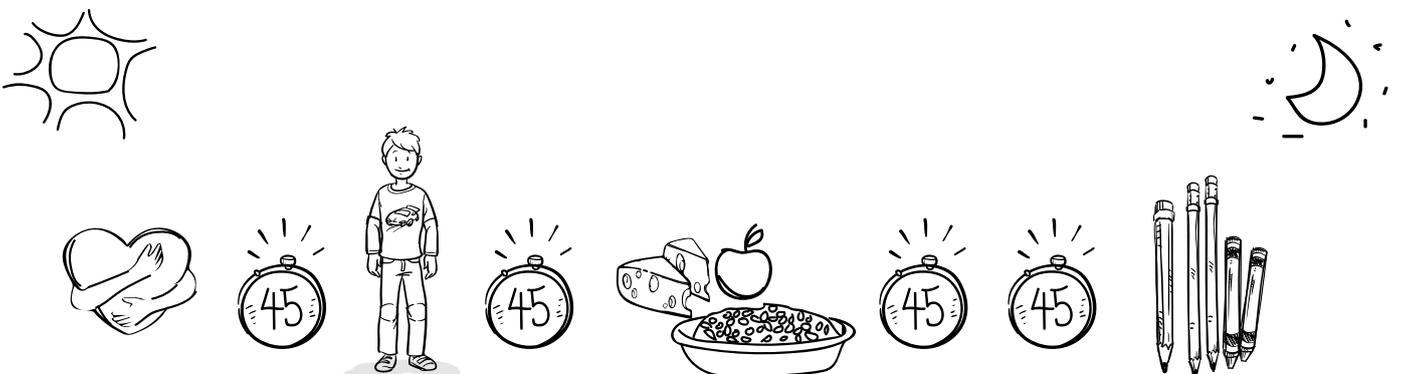


**HAZ TU PROPIO CALENDARIO: coloca tus metas**

1 <b>Actividad 1</b> <i>Leer la experiencia y explorar qué necesito para realizarla.</i>	2	3	4	5
6	7	8 <b>Actividad 2</b> <i>Autoevaluarme</i>	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	

Cuélgalo donde puedas verlo diariamente y marca con un aspa cada día logrado. ¡Celebra tus logros!

**¿Y cuáles serán mis rutinas de trabajo diario?**



Luego de leer todas las actividades que necesitas realizar, tú decides cómo organizar tu día. Puedes realizar bloques de 45 minutos con descansos. Evalúa cuántos bloques necesitas para lograr tus metas cada día. No te olvides de descansar entre una y otra actividad para recuperar energías.

## ESTRATEGIAS QUE TE AYUDARÁN

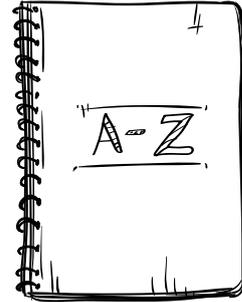
### ¡LEE Y VUELVE A LEER!

Eso te ayudará a comprender lo que tienes que hacer.



### PALABRAS NUEVAS

Busca el significado en el diccionario o en internet. Haz un glosario o lista de palabras nuevas.



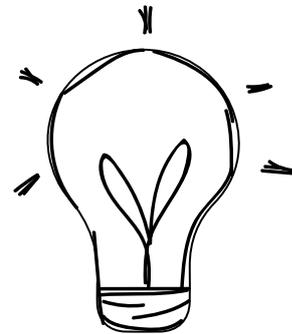
### TUS SABERES PREVIOS

Reconoce lo que sabes y lo que es nuevo para ti.



### LO QUE MÁS TE INTERESA

Investiga lo que más te interesa y descubre nuevos aprendizajes.



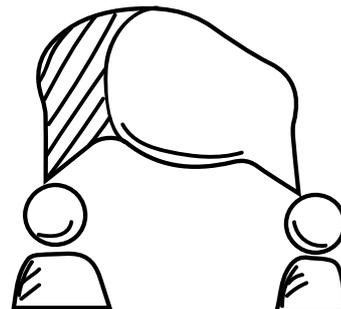
### TOMA NOTA

Anota por escrito o mediante un dibujo aquello que te parezca importante.



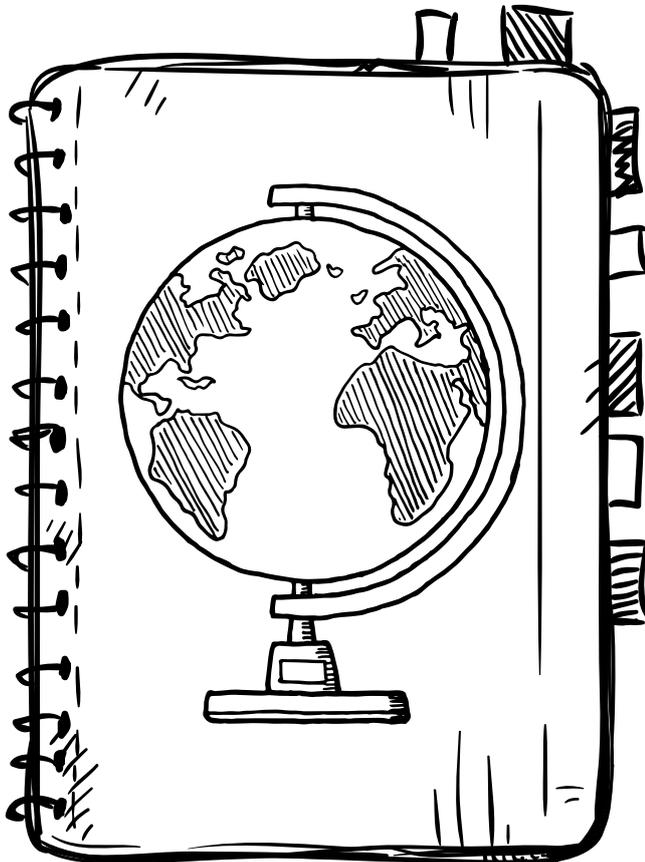
### ENSEÑA

Cuando compartes lo aprendido nunca lo olvidas.



# MI PORTAFOLIO

El portafolio es como la **BITÁCORA DE VIAJE** del capitán o la capitana de la embarcación.



Una bitácora es el diario en el que se colocan todos los documentos que representan las experiencias vividas durante el viaje, los puertos, las tormentas, los encuentros con otras embarcaciones, la pesca, etc.

Del mismo modo, el portafolio es una colección de documentos de trabajo realizados por ti, en los que se puede ver lo que hiciste durante un tiempo.

En tu portafolio se podrá observar el trabajo que realizas en cada experiencia, tus auto-evaluaciones (tus avances y dificultades) y las mejoras que realizaste a partir de tu evaluación. También podrás ir colocando tus ideas para organizar tus tiempos, para aprender mejor, entre otras cosas que vayas descubriendo durante el desarrollo de la experiencia.

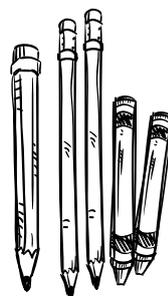
## ¿CÓMO PUEDO HACER MI PORTAFOLIO?

Puedes dejar volar tu imaginación, puede ser un fólдер, un cuaderno, una carpeta digital, tú decides qué usar y cómo organizarla.

¿Qué necesitas para elaborarlo?

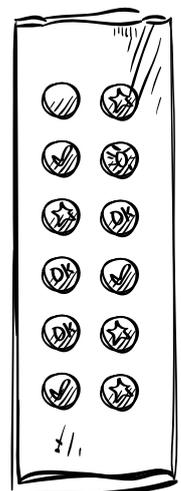


Folder con hojas de las que prefieras o tengas a la mano o un cuaderno con hojas libres.



Lapices, colores, lapiceros

Útiles de escritorio de los que dispongas: Lapiceros, plumones, regla, stikers, colores, todo lo que este a la mano, puedes incluir hojas secas de árboles, pétalos, entre otros



## ¿CÓMO PUEDO AUTOEVALUARME?

Elabora también tus hojas de evaluación. En esta hoja colocarás aquello que vayas observando en tus trabajos, las cosas que quieres mejorar y también aquello que digan tus familiares para ayudarte a evaluar tus trabajos.

**¡Todo esto lo incluirás en tu portafolio!**

**Mi evaluación**

Fecha: \_\_\_\_\_

Experiencia de aprendizaje: \_\_\_\_\_

Observa tus trabajos y escribe lo que ves:

¿Qué logré hacer en mis trabajos?

\_\_\_\_\_

¿Qué fue más difícil hacer?

\_\_\_\_\_

¿Qué puedo mejorar en mis trabajos?

\_\_\_\_\_

¿Cómo puedo hacer para mejorarlo?

\_\_\_\_\_

Otras cosas que quiero escribir sobre mis trabajos

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- No te olvides de guardar y registrar lo que vas haciendo en tu portafolio.
- Esto te ayudará a no perder tus ideas, avances, trabajos terminados, y las evaluaciones que hagas.
- No olvides colocar fecha y título a cada uno de los trabajos que estás guardando en tu portafolio.
- Luego de cada experiencia revisa todo lo que has hecho y compártelo en casa.
- Resalta los trabajos que más te interesaron.
- Explícales a tus familiares por qué te interesaron más.

En la carpeta de recuperación y como parte de cada experiencia de aprendizaje, encontrarás también, fichas que podrás usar para realizar tu autoevaluación.

Al finalizar los dos meses, serás toda una capitana o capitán y estarás lista /o para emprender muchos viajes más.

**¡Tu portafolio demostrará todo lo que has aprendido!**

**¡Será tu gran tesoro!**



PERÚ

Ministerio  
de Educación

**APRENDO**  
en casa

# Orientaciones para familias que tienen hijas o hijos que requieren apoyos por Necesidades Educativas Especiales (NEE)



## Orientaciones para familias que tienen hijas o hijos que requieren apoyos por Necesidades Educativas Especiales (NEE)

---

Como parte de la carpeta de recuperación de vacaciones, queremos brindarles a las familias de estudiantes con necesidades educativas especiales una serie de orientaciones y recomendaciones para el desarrollo de las actividades escolares y de la vida diaria.

Antes de empezar, es importante que las familias consideren lo siguiente:

- Identifiquen primero, mediante la observación e interacción, las necesidades de aprendizaje de sus hijos/as.
- Resalta sus fortalezas, recuerde que tu hijo o hija necesita, como todos los demás, sentir amor, aceptación, protección, disciplina y libertad para poder crecer y aprender.
- Reorganicen los espacios de su casa y definan cual será el lugar de juego, de estudio, de actividades de ocio, u otros que requieran. Pueden emplear imágenes o palabras clave para ambientar los espacios. Recuerden al finalizar las actividades dejar todo en su lugar.
- Establece rutinas de acuerdo con la edad de tu hija o hijo. Despertar, bañarse, desayunar, vestirse, hacer la cama, entre otros, es importante valorar las acciones que cada uno realiza. Se sugiere que las rutinas y deberes se coloquen en un lugar visible para todos, si es necesario puede utilizar imágenes o pictogramas, grabar notas de aviso y utilizar alarmas como recordatorios.
- Al inicio del día, deben revisar juntos las actividades a realizar y el comportamiento que espera de ella o el, pueden ayudarse con un horario visible en la casa, recuerda emplear imágenes (o pictogramas) o palabras clave (por ejemplo: desayuno, lavado, juego, estudiar, etc.) para favorecer la comprensión de las actividades.
- Tengamos siempre en cuenta los intereses y las características de nuestras hijas y nuestros hijos. Cada uno tiene su propio ritmo y necesita un tiempo adecuado para desarrollar las distintas actividades.
- Cuando quieras comunicarle algo, ponte a su altura y míralo directamente a los ojos, usa un tono adecuado al hablar que no denote enfado o reproche, complementa con gestos, movimientos o con imágenes, es importante que sea una sola idea a la vez, clara y precisa, no una lista de indicaciones para facilitar su comprensión.
- Usemos instrucciones cortas y precisas. Podemos acompañarlas con imágenes o pictogramas, sobre todo cuando se trata de que realice las actividades escolares.
- Permitamos que decidan la actividad que les gustaría realizar. Démosles la oportunidad de desarrollar las actividades por sí mismas(os) y apoyemos su trabajo cuando sea necesario.
- Las oportunidades de aprendizaje pueden darse en todo momento, toma en cuenta que las actividades cotidianas dentro del hogar son una oportunidad para aprender.

- Organiza momentos de actividad física. Recuerda que en la sección “Activarte” de la web “Aprendo en Casa” encontrarán ejercicios de acuerdo con su edad. Estas actividades permitirán al estudiante descargar energías. Asimismo, es importante respetar los horarios de descanso durante la noche y el día, esto le permitirá desarrollarse y estar más tranquila/o.
- Escucha con atención y respeto sus expresiones, emociones e ideas. Felicítalo por sus esfuerzos, logros y cuidados, emplea mensajes afectivos positivos y de aliento, mantengan la comunicación abierta y fluida. No solo hablen de las actividades escolares siempre hazle saber que estás dispuesto a escuchar lo que tenga que decir.

A continuación, les presentamos algunas estrategias de apoyo educativo según las diferentes necesidades educativas especiales. Recuerda tomar en cuenta las características, potencialidades y necesidades de tus hijas e hijos.

### **1. EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL (DI)**

- Iniciar las actividades de aprendizaje con pasos sencillos y, poco a poco, ir incrementando la complejidad. Por ejemplo, la actividad de aprendizaje puede indicar varias consignas. Ordénalos, practica tú primero y bríndale apoyo visual (imágenes o pictogramas de los pasos), verbal o físico, según lo requiera su hija o hijo.
- Promovamos su independencia en su cuidado diario: a la hora de la alimentación, al dormir, escoger una película o dándole oportunidades de actuar por sí sola/o, de tomar decisiones, según sus habilidades.
- Estimulemos su equilibrio estático y dinámico; por ejemplo: caminar de puntillas, pararse sobre un solo pie, practicar el equilibrio caminado sobre una línea pintada en el piso, jugar con los globos evitando que se caigan, caminar con un libro sobre su cabeza, etc.
- Realicemos juegos que fomenten el seguimiento de instrucciones. Por ejemplo: indicar que cuando suene la pandereta va a caminar de puntillas, cuando suenen las palmadas va a saltar con un pie y cuando haya silencio se quedará quieto como una estatua. Ayudará si primero realizamos la actividad y le mostramos cómo hacerlo.
- Compartamos actividades que favorezcan su coordinación motriz fina para incrementar su fuerza muscular. Por ejemplo, pintar con temperas utilizando los dedos de la mano o utilizando materiales como esponjas o pinceles, elaborar collares con fideos, etc.
- Juguemos para desarrollar la actividad simbólica (imagen mental, juego, dibujo y lenguaje) y las habilidades del pensamiento (memoria sensorial, visual, auditiva, táctil, gustativa). Por ejemplo, le podemos mostrar una galleta de su agrado, permitir que perciba a través de sus sentidos. Luego, escodemos la galleta en una bolsa y la/lo invitamos a identificar cuál es la galleta que probó al inicio.
- Enseñémosle habilidades comunicativas y sociales en diferentes momentos del día. Podemos mostrarle videos o imágenes (pictogramas, fotografías u otras) de gente diciendo: “gracias”, “por favor”, “buenos días” o “buenas noches” y reforzar que haga uso de estas frases con los integrantes de la familia.

## **2. CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)**

- Preparemos con anticipación el espacio donde harán la actividad, a fin de tenerlo organizado y con los recursos necesarios. Podemos emplear imágenes con los pasos a realizar, pues ello favorecerá la comprensión de la actividad, sea escolar o de la vida diaria.
- Es importante que, en casa, contemos con normas de convivencia, estas deben ser sencillas, pueden ir cambiando a medida que se van incorporando a la dinámica familiar. Recuerda tenerlas en un lugar visible y revisarlas al inicio y al final del día. Por ejemplo: Nos levantamos a las 7:00 a. m., nos saludamos diciendo (“buenos días”) y nos despedimos al acostarnos (“buenas noches”).
- Es importante explicarle qué está sucediendo en este tiempo y por qué debemos quedarnos en casa. Podemos utilizar una variedad de actividades para hablar del tema (lavado de manos, cuentos, etc.), preguntemos qué quiere saber, qué le está preocupando y procura darle la información necesaria; eso calmará su ansiedad y se irá interiorizando el mensaje.
- Cuidar el tipo de información que llega al hogar y la forma como hablamos de la situación que vive el país, para evitar generar mayor estrés, ansiedad y temor en nuestras hijas y nuestros hijos con discapacidad.
- Plantearle actividades de su interés, puedes proponer: crear un muñeco con plastilina o material reciclado, armar un rompecabezas con toda la familia, realizar alguna actividad física, etc.
- Establezcamos cuándo y cuánto tiempo puede acceder al uso de aparatos tecnológicos. Este tiempo debe estar equilibrado con las demás actividades. Durante las actividades escolares que presenten el uso de videos, se aconseja activar los subtítulos y asegurarnos que el volumen sea adecuado para todos.

## **3. CON SORDOCEGUERA (SC)**

- Organicemos a los integrantes de la familia para que, en diferentes espacios, cada uno pueda comunicarse en relación con las actividades que se realice; por ejemplo, al momento de preparar los alimentos, durante las actividades escolares, etc. Recuerda informar a tu hija o hijo lo que se realiza en todo momento.
- Establezcamos horarios compartidos para que todos los integrantes de la familia interactúen con el familiar con sordoceguera y así asegurar que no pierda contacto con los demás. Esto evitará que se generen conductas estereotipadas que después sean difíciles de corregir. Además, esta es una gran oportunidad para que todas y todos en casa perfeccionen la comunicación por estrategia dáktilo palmar.
- Si nuestra hija o nuestro hijo ya tiene un sistema de comunicación establecido, determinemos por turnos la comunicación para que esté al tanto de lo que sucede.
- De ser posible, practiquemos la escritura braille transcribiendo pequeños textos para que nuestra hija o nuestro hijo pueda leerlos e informarse.

#### **4. CON DISCAPACIDAD VISUAL (DV)**

- Estimulemos los sentidos en las diversas rutinas del día. Por ejemplo: durante el lavado de manos; al momento de secarse usar la toalla con pequeños toques para que pueda percibir la textura. Puede concluir realizando pequeños masajes con una crema corporal para que tome conciencia de su cuerpo, y acompañar el proceso con una música suave o de la preferencia de nuestra hija o nuestro hijo.
- Mencionemos el nombre, y para qué funciona, los nuevos objetos que se encuentran a su alrededor mientras ella o él los manipula. Por ejemplo: este es un fólder y sirve para guardar hojas de papel; esta es una cartuchera y sirve para guardar algunos útiles escolares, entre otros.
- Antes de empezar a comer, pidámosle con cariño a nuestra hija o nuestro hijo que huelga los alimentos y describa su sabor, temperatura, etc. Incluyamos a los demás integrantes de la familia para disfrutar juntos. Recordemos que comer es un acto social y, por ende, es importante que todos participen e interactúen.
- Realicemos adaptaciones que faciliten el desplazamiento de nuestra hija o nuestro hijo en el hogar. Es decir, puede emplear objetos o colocar carteles en braille o en tinta (según el tamaño y color de letra que requiera ella o él) a fin de beneficiar su desplazamiento y uso con mayor independencia.
- Describamos los objetos, láminas, dibujos o personajes de las distintas actividades que realiza, sobre todo las escolares. Por ejemplo, si se muestra un paisaje dibújalo y pega elementos a fin de brindarle altorrelieve de manera artesanal, puedes emplear materiales reciclados como conos de papel higiénico, periódicos en desuso, chapas, cartón, entre otros. En caso tengan pistola de silicona, también se puede usar para marcar en relieve algunos detalles de la imagen.
- En el caso de que nuestra hija o nuestro hijo sea pequeña(o), podemos iniciar la actividad haciendo adivinanzas sobre lo que hay en la imagen para que ella o él las responda. Luego, puede explorar con sus manos. Otra alternativa, es que la o el estudiante inicie con la exploración y vaya describiendo lo que reconoce.
- En el caso de que nuestra hija o nuestro hijo sea adolescente, el contenido del paisaje puede representar el inicio de una conversación sobre otros aspectos; por ejemplo, si el paisaje es de la playa, puede ser el punto de partida para conversar sobre cómo se encontrarán las playas del mundo ahora que las personas están en sus casas y no pueden salir. En caso de tener acceso a internet, podemos buscar información adicional. De preferencia videos con audio para que puedan escuchar.

#### **5. CON DISCAPACIDAD AUDITIVA (DA)**

A continuación, brindamos sugerencias para estudiantes usuarios de Lengua de Señas Peruana (LSP).

- Sea cual sea la edad de la o el estudiante con discapacidad auditiva, es importante que la familia se comuniquen en Lengua de Señas Peruana con su hija o hijo y les permita participar en los diálogos del hogar para responder a sus inquietudes.

- Motivémosla(lo) constantemente para que tenga la iniciativa de comunicarse, considerando sus posibilidades (verbalizar, emitir sonidos, señas). Por ejemplo, al avisar o solicitar algo, al realizar preguntas, etc. Para ello es importante que la familia preste atención a las señales de comunicación que su hija o hijo emite.
- Mientras nos estemos comunicando, asegurémonos que nuestra hija o nuestro hijo nos esté atendiendo y comprendiendo. Para ello, no debemos girar la cabeza mientras nos comunicamos con ella o él.
- Activar los subtítulos para favorecer la comprensión de nuestra hija o hijo durante las actividades de aprendizaje y de la vida diaria.
- Generemos espacios entre todos los integrantes de la familia para aprender y practicar la Lengua de Señas Peruana. Nuestra hija o nuestro hijo puede ser quien les enseñe, de esa manera promovemos su participación e incrementamos su autoestima, además de mejorar la comunicación entre todos los miembros.

## **6. CON DISCAPACIDAD FISICA (DF) O MOVILIDAD REDUCIDA**

- Reorganicémonos y busquemos ampliar los espacios en nuestro hogar para que nuestra hija o nuestro hijo se desplace con mayor comodidad con su silla de ruedas, andador u otro, dado que en este tiempo todos debemos permanecer en casa.
- Fortalezcamos su comunicación expresiva y comprensiva, mediante actividades que aumenten su intención comunicativa; por ejemplo, utilizar un micrófono, grabar su voz, jugar al entrevistado o cantante. Si el lenguaje de nuestra hija o nuestro hijo no es muy claro, realicemos actividades que lo motiven a usarlo con más frecuencia (por ejemplo, cantar, repetir y memorizar frases cortas).
- En las actividades de aprendizaje, recuerden que lo más importante es que participen de alguna manera si no pueden hacerlo a través de su desplazamiento corporal autónomo, busquen otras opciones.

## **7. CON TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)**

- En la dinámica familiar se pueden presentar momentos difíciles para todos, como ansiedad, irritabilidad o desgano. Para ello es importante que pueda conectar sentimientos con situaciones y así tomar poco a poco conciencia de lo que siente, de por qué lo siente y plantear posibles cambios para controlar sentimientos negativos o que le hagan sufrir. Es importante que hables con él/ella de cómo se siente en algunos casos, por ejemplo: dale algunos consejos, háblale de tus experiencias, de situaciones en las que tú también te has sentido angustiado o frustrado y de cómo has conseguido superarlo. Recuerda es importante mantener un ambiente familiar tranquilo con una comunicación fluida.
- Anima a tu hija e hijo a que se fije sus propios tiempos para hacer las actividades escolares, esto aumenta el interés y puede hacer que acelere el ritmo para "ganar el reloj" (que actúa como factor de motivación) y terminar antes de la hora señalada.

- Permítele que decida la actividad que va a realizar, trata de acompañarla/o durante el desarrollo de las actividades, puedes iniciar, por ejemplo, escribiendo la primera palabra en la hoja y pide a tu hija e hijo que continúe, no lo resuelvas tú, apóyalo cuando lo necesita, enséñale a actuar de forma responsable y adecuada.
- Pídele que verbalice los pasos que seguirá durante las actividades de aprendizaje, así nos aseguramos de que tienen claro lo que deben hacer.
- Mantente atento/a sus emociones, si muestra resistencia ante la actividad de aprendizaje o presenta demasiada prisa en acabarla porque se frustra, con cariño ánimenla/lo a desarrollarla, pueden motivarla/lo diciendo “aquí estoy para ayudarte”, “lo haremos juntos”.
- Ten una actitud positiva y ten paciencia, si es necesario repítele las indicaciones. Puedes hacerle preguntas como: ¿Qué te toca hacer en este momento? ¿Qué vas a hacer primero? ¿Qué necesitas? Escucha sus respuestas y complementa si es necesario.
- Para favorecer el autocontrol y evitar que se precipite en las respuestas o descargue mucha energía es importante, poner en práctica las técnicas de relajación que le ayude a regularse. Por ejemplo, podemos enseñarle a que cuando se note activado procure respirar profundamente y al mismo tiempo se de autoinstrucciones: «tranquilo», «cálmate», etc.
- Dale pausas cada 5 o 8 minutos, pueden hacer ejercicios de estiramiento entre actividad y actividad; o durante una actividad. Acordemos pautas para reiniciar las actividades, por ejemplo: alarma del reloj, recordatorio amable, señalar un cartel que han hecho juntos, poner la canción favorita, etc.
- Ayúdale a reflexionar sobre ¿qué es lo que le resultó fácil de hacer? ¿qué le fue difícil?, ¿qué lo ayudó a superar sus dificultades? Escucha sus respuestas con atención y respeto.

## **8. CON PROBLEMAS DE APRENDIZAJE**

- Dialoga con el docente para brindarle a tu hijo o hija múltiples formas en las que pueda presentar sus productos o resultados de lo que ha aprendido, usando reportes orales, posters o presentaciones en video.
- Utilice horarios visuales. Muéstrelos y léalos en voz alta.
- Cuando sea posible, use audiolibros o software de voz a texto para ayudar con la escritura.
- Asegúrate que tu hija o hijo ha entendido las indicaciones y puede repetirlas.
- Simplifique instrucciones, usando palabras claves para las ideas más importantes.
- Resalta las palabras, ejercicios o ideas importantes en el texto, a fin de que tu hija o hijo las visualice y las lea primero.
- Trata en lo posible de mostrarle ejemplos de trabajos terminados que sirvan como modelo o proporcione pistas que describan los elementos de una actividad completada.
- Permite y ayuda a tu hija o hijo a dividir las actividades en pasos o secciones más cortas.