



ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N°1369
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N°500
Fono 5852914 – email: colegioalcazar.cl



Estimados Padres y Apoderados:

Director de Colegio Alcázar, lo saluda cordialmente a usted y familia.

Lo(a) invitamos a usted y a su grupo familiar a abordar la situación país que enfrentamos en materias de salud mental por concepto de COVID-19, de manera conjunta. Al respecto, les quiero transmitir que usted cuenta con nosotros como establecimiento educacional de su pupilo(a) y entendemos que es un momento complejo en donde la convivencia al interior de nuestros hogares se puede ver afectada por los múltiples factores que ocurren en nuestro entorno. Para ello, a través de las psicólogas del Área de Convivencia Escolar de nuestro colegio se les hace entrega de material psicoeducativo para que los(as) estudiantes Pre-escolares hasta aquellos(as) que cursan Tercer Año Básico de nuestro establecimiento puedan trabajar desde su hogar mientras se encuentren suspendidas las clases por decreto de estado de cuarentena como medida preventiva sanitaria contra el contagio del Coronavirus. El objetivo de esta acción es colaborar con ustedes “las familias de nuestra comunidad alcazariana” en contención emocional y apoyarlos en el abordaje de esta problemática con sus hijos(as), esperando que con ello nos podamos anticipar y acompañar el mundo emocional de sus niños y niñas frente al virus COVID-19.

A continuación, les proporcionaremos:












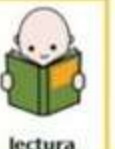







- ✓ Imagen gráfica de rutinas en el hogar.
- ✓ Pequeñas actividades que pueden realizar en el hogar y en familia, con el propósito que el aprendizaje de los(as) niños y niñas sea divertido, a fin de disminuir el estrés que pudiesen estar viviendo como consecuencia de lo que estamos enfrentando como país.

Las psicólogas Sra. Patricia Rojas (Encargada de Convivencia Escolar) y Srta. Carol Donoso estarán atentas a recibir sus inquietudes y consultas al correo institucional convivencia.alcazar@educar.cl.

Mis saludos fraternos.

Pablo Venegas Verdugo
Director

HORARIOS Y RUTINAS DIARIAS DURANTE LA CUARENTENA

9:00-10:00	 levantarse	 desayunar	 asearse	 vestirse
10:00-13:00	 deberes	 manualidades	 gimnasia	
13:00-16:00	 descanso	 poner la mesa	 comer	 juego
16:00-20:00	 lectura	 asomarse	 ordenador	 bailar
20:00-22:00	 ducha	 cena	 cuento	 dormir



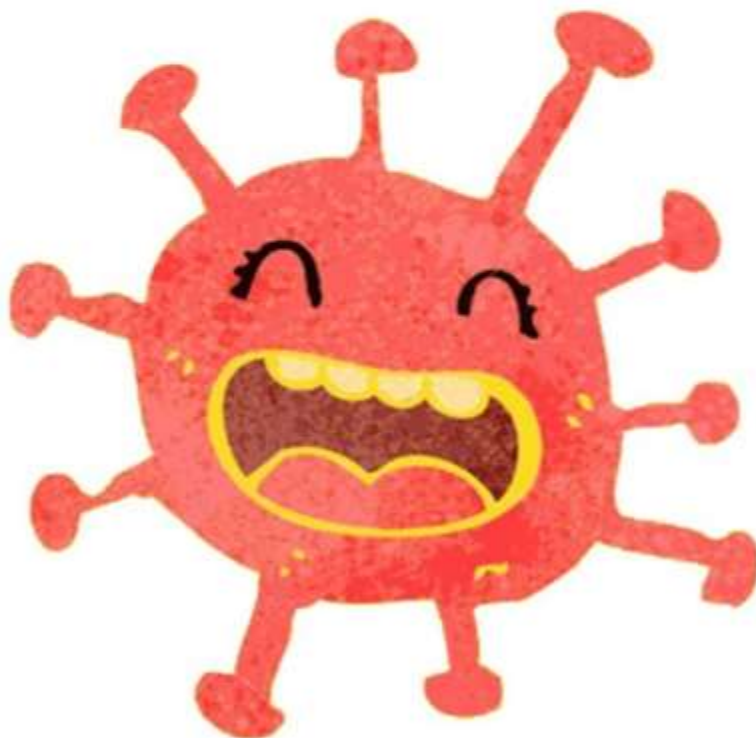
ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 500
Fono 58529114 – email: correo@colegioalcazar.cl



ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR

HOLA !

**soy un VIRUS,
primo de la gripa y el
resfriado...**



Y me llamo Coronavirus



ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCÁZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 500
Fono 5852914 – email: correo@colegioalcazar.cl



¿Has escuchado hablar sobre mí?

Sí ☐

No ☐

¿Qué es lo que Sabes?

Escribe, dibuja o cuéntale a tu familia...





ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 500
Fono 5852914 – email: correo@colegioalcazar.cl



¿Y cómo te sientes cuando me escuchas nombrar?

Colorea la(s) carita(s) con la(s) que más te identifiques



Tranquilo



Confundido



Preocupado



Curioso

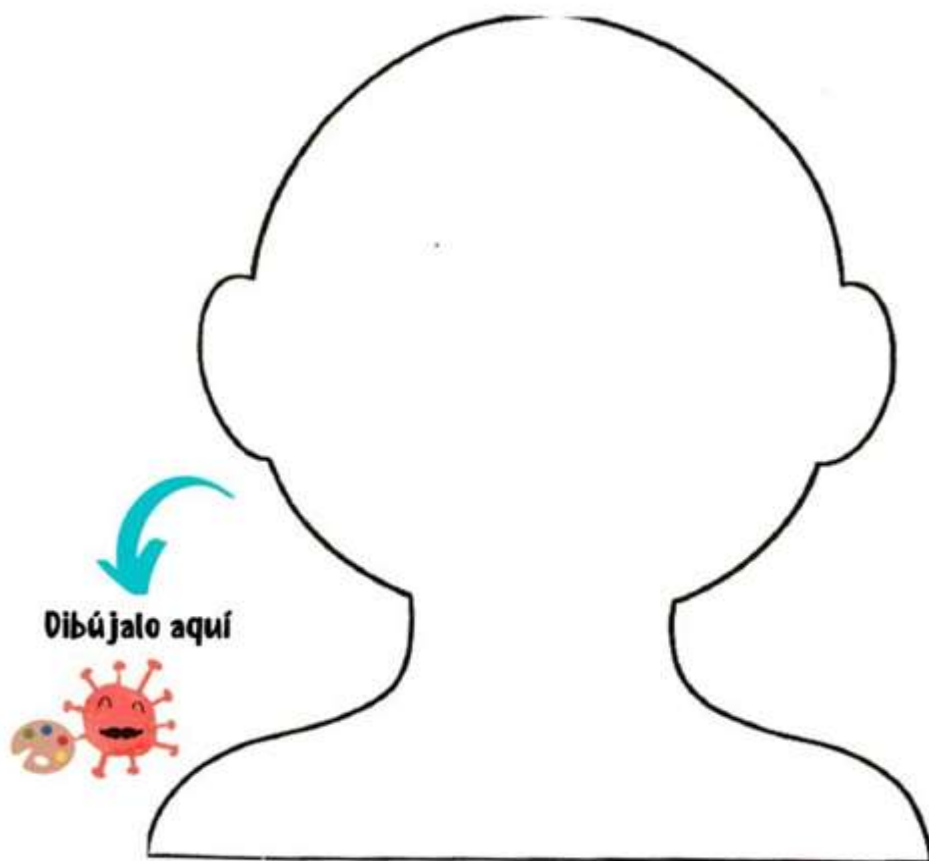


Nervioso



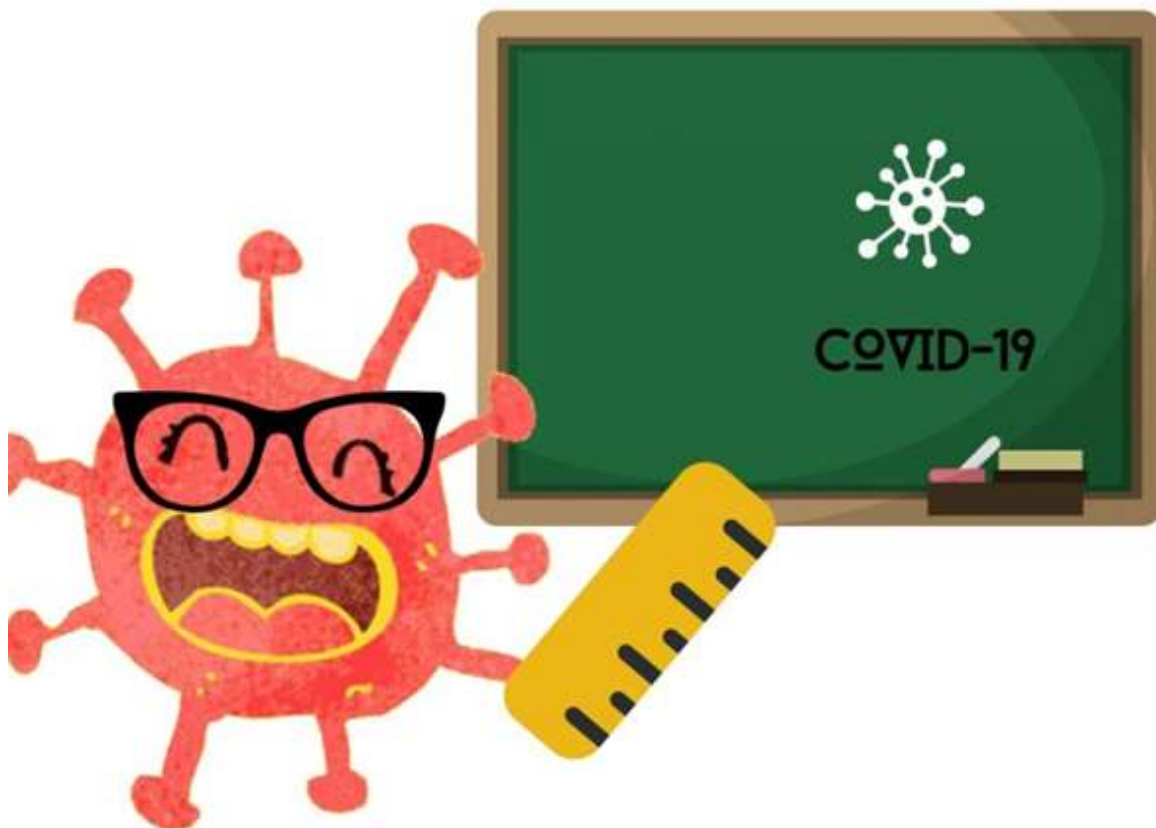
Triste

Puedo entender que te sientas...



...Yo me sentiría igual

Pero yo te voy a explicar...



Para que puedas entender

Cuando llego de visita traigo...



FALTA DE AIRE



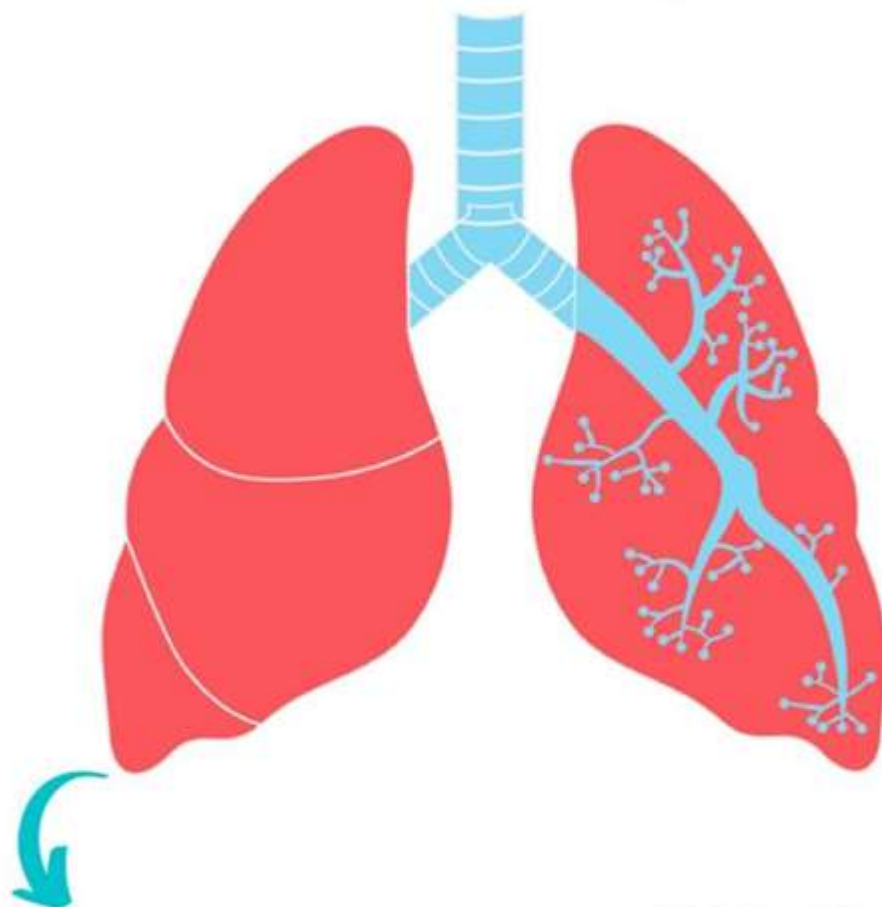
FIEBRE



TOS



Pero pronto me voy y las personas, casi todas, se sienten mejor



**Como cuando tu rodilla
se sana después de una
raspadura**

BYE BYE...





ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 500
Fono 5852914 – email: correo@colegioalcazar.cl



Puedes estar tranquilo!

Los adultos que te cuidan:

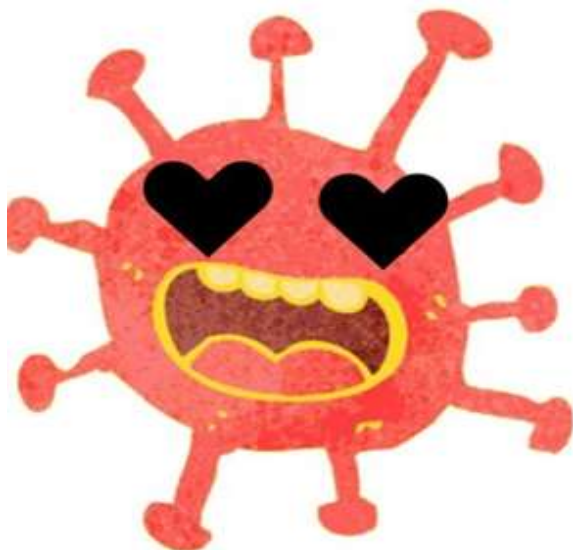
te mantendrán seguro



Y así no vendré a visitar...



**mientras los doctores trabajan
para encontrar la vacuna que me
permita saludar sin hacerte
enfermar...**





ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCÁZAR
Avda. Parque Central Oriente N° 500
Fono 5852914 – email: correo@colegioalcazar.cl



Y tú puedes ayudar...



**lavándote las manos
con agua y con jabón lo
que dura una canción**



**Canta tu canción favorita
mientras te las lavas**

**Para que este hábito se vuelva más divertido, te
dejamos un juego para que lo practiques en casa...**

- 1. Pídele a tus padres o algún adulto que pinte un coronavirus en el dorso de tu mano todas las mañanas.**
- 2. Durante el día te tienes que borrar el dibujo con agua y con jabón ¡Cuántas más veces te laves mejor!**
- 3. Si al llegar la noche lo logras borrar, ganas un punto.**
- 4. Si reúnes 15 puntos en 15 días, te ganarás un premio.**



ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1309
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 500
Fono 58529114 – email: correo@colegioalcazar.cl



REFERENCIAS

Molina, M. (2020). *COVIBOOK*. Extraído online desde: <https://www.mindheart.co/descargables>