

GURASOEI AHOLKUAK KLASE PRESENTZIALAK ETETEN DIREN BITARTEAN

Gaur egun bizi dugun egoerak eskola komunitatea erronka handi baten aurrean ipintzen du. Orientaziotik hainbat jarraibide edo aholku eskaini nahi dizkizuegu:

1. Zuen seme-alabek denbora bat zehaztu beharko dute egun hauetan irakasleek bidaltzen dizkieten etxeke lanak eta jarduerak egiteko. Horretarako egunez egun, **PLANIFIKAZIO** tresna bat beharko dute (taula bat ordutegiarekin, agenda...).
2. Ohiturak, errutinak... bultzatzeko, konstantea izan behar zara.
3. Gauzak egiteko denbora soberan egongo da eta **horregatik jarduerak aldatzea eta dosifikatzea** komenigarria izango da. Eguna eraginkortasunez aprobetxatzeko lan egiteko bi zatitan banandu: goizean eta arratsaldea. Gainera atsedenaldiak tartekatu beharko dituzte.
4. Irakasleek egindako lanak **ebalutzeko** direla gogoratu behar duzue.
5. **Etxeko lanak** (mahaia batzea, garbitzea, arropa eskegi, erratza edo aspiradora erabiltzea...) **elkarbanatu** behar dira familiakoen artean. Une egokia da etxeke lanaz duen garrantziaz jabetzeko eta hainbat gauza ikasteko (sukaldatzea...). Lan banaketa hau adostu beharko da.
6. **Aisialdia**: lanak egiteaz gain (etxeke lanak eta eskolako lanak) zuen seme-alabek denbora libre izango dute. Aisialdian jolasteko eta pelikulak, mugikorrak, musika, bideoak entzun eta ikusteko aukera izango dute. **Sormena bultzatu** ere marrazkiak, komikiak eta esku-lanak egiten.
7. **Irakurtzeko garaia** ezin hobea da.
8. Erabili Internetak eskaintzen dizkigun baliabideak (museo bisita birtualen, dokumentalak...) baina **gailu elektronikoen erabilera mugatu**, aintzat hartuta zuen seme-alabak eskolako lanak egiteko eta lagunekin komunikatzeko denbora luze pantailen aurrean pasatuko direla.
9. Familiakoen artean mahai-jokoetara jolasteko (trivial, kartak, damak, monopoly...) eta solasaldiak izateko aprobetxatu aukera ezin hobea da. Pelikula batzuk batera ikusi.
10. Zure etxebizitzak eskaintzen dizun aukeren arabera bilatu modu ezberdinak ariketa fisikoa egiteko (zoomba, youtuben tutorialak).
11. Seme-alabekin komunikatzeko, entzun arretaz haiek eskatzen digutena erabaki bat hartu baino lehen. Inposaketaz baino, elkarrizketaz eta negoziazioez jokatzeko saiatu.
12. Bere hutsuneak, akatsak kritikatu, zuzendu, zentratu egin duten ekintza zehatzetan, baina etiketak jarri gabe.
13. Bizitza ordenatu bat eraman dezan oso garrantzitsua da: lo egiteko orduak, gosariak eta bazkariak orokorrean erregulatu.
14. Gure rola edo papera gurasoena izaten jarraitzen da, gu ez gara seme-alaben irakasleak.
15. Leku guztietan, egoera, lagun eta familia guztietan gertatzen diren gatazken aurrean pazientziaz jokatu. Zure seme-alaben eta zuen emozio eta sentimenduez hitz egiteko eta maneiatzen ikasteko egoera horiek erabili (hezkuntza emozionala etxean ere garatu).

BALIABIDE-BANKUA / BANCO DE RECURSOS

IRRATIA / RADIO

En este link aparece un globo terráqueo como el de Google Earth, con infinidad de puntos verdes. Se puede hacer zoom igual que en Google Earth. Cada punto verde es una estación de radio local de cualquier parte del mundo. Al hacer click en el punto, se oye inmediatamente la estación de radio con buen sonido y en muchos casos, se pueden explorar más emisoras para ese punto:

<http://radio.garden/visit/madrid/hFG1a7Dk>

MUSIKA / MUSIKA

Página de videos musicales

<https://www.videomusicalis.com/es/>

La Opera Metropolitana de Nueva York va a tener streams gratis. Cada noche a las 7:30pm EST mostrarán una ópera nueva, y estará disponible durante 20 horas. La página es www.metopera.org

LIBURUTEGIAK / BIBLIOTECAS

<https://www.eitb.eus/es/cultura/detalle/7104845/el-gobierno-vasco-abre-biblioteca-digital-euskadi-toda-ciudadania-/liburutegi-zerbitzua@euskadi.eus>

ARIKETA FISIKOA-KIROLA / EJERCICIO FÍSICO-DEPORTE

1. Beatriz Crespo Ruiz, Doctora en Medicina (Ph.D) y Doctora en Rendimiento Deportivo (Ph.D) especializada en el ámbito de la salud. Ante la situación que vivimos en España, Crespo ha decidido hacer directos en YouTube todos los días a las 18:30, a las que cualquiera podrá unirse para entrenar con ella.

<https://www.youtube.com/user/Adicta777/featured>

2. Bpxport etxean entrenatu: Bilatu zure txokoa eta beste guztian lagunduko dizugu / Bpxport entrena en casa: Busca tu espacio y nosotros te ayudamos en todo lo demás

<https://entrenadesdecasa.bpxport.es/>

PINAKOTEKAK / PINACOTECAS

10 museos para visitar estando en casa: tour virtual y colecciones online.

1. Pinacoteca di Brera - Milano <https://pinacotecabrera.org/>
2. Galleria degli Uffizi - Firenze <https://www.uffizi.it/mostre-virtuali>
3. Musei Vaticani - Roma <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/it/collezioni/catalogo-online.html>
4. Museo Archeológico - Atene <https://www.namuseum.gr/en/collections/>
5. Prado - Madrid <https://www.museodelprado.es/en/the-collection/art-works>
6. Louvre - Parigi <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>
7. British Museum - Londra <https://www.britishmuseum.org/collection>
8. Metropolitan Museum - New York <https://artsandculture.google.com/explore>
9. Hermitage - San Pietroburgo <https://bit.ly/3cJHdnj>
10. National Gallery of art - Washington <https://www.nga.gov/index.html>

#YOMEQUEDOEN CASA RECURSOS PARA ESTOS DÍAS

<http://orienta2ennava.blogspot.com/p/yomequedoencasa.html>