

COVID-19: Apoyo para los niños en el hogar

Recursos para los padres



La pandemia de COVID-19 ha creado desafíos para las familias en todo el país. A medida que cierran más y más escuelas, exigiendo que haya niños en edad escolar que permanezcan en casa en un esfuerzo por promover el auto-distanciamiento, los padres están buscando maneras de mantener sus responsabilidades al tiempo que apoyan las necesidades educativas y el desarrollo de quienes tienen a su cargo. Muchas escuelas han proporcionado programas y recursos de aprendizaje a distancia a fin de ayudar a los estudiantes a continuar su educación mientras están en casa. Se alienta a los padres a verificar la información proporcionada por los distritos escolares locales a fin de determinar cuáles medidas deben tomarse para seguir al día en la educación de sus hijos.

En el caso de padres que buscan información adicional, actividades, programas y recursos de aprendizaje socioemocional (SEL), **hemos preparado una lista de programas y cursos disponibles de fuentes en línea.** Algunas de estas recomendaciones son programas pagados para los padres que buscan invertir en apoyo a más largo plazo.

- **Programa escolar de aprendizaje en casa**
Un portal de actividades de cursos diarios gratuitos para niños
<https://bit.ly/2vxRimy>
- **Mystery Science:** Lecciones gratuitas de ciencias para estudiantes de kindergarten a 5º grado
<https://bit.ly/3dOvWiq>
- **Hippocampus.org:** 7,000 videos gratuitos en 13 áreas temáticas
<https://hippocampus.org>
- **Recursos de Mindfulness para Adolescentes:**
Técnicas para desarrollar habilidades para estar presente y consciente todos los días
<https://bit.ly/3b6ibNg>
- **15 Aplicaciones de mindfulness y relajación para niños con ansiedad:** Soluciones tecnológicas que apoyan el abordaje y superación del estrés y la ansiedad
<https://bit.ly/3a1DSOK>
- **ABC emocionales:** Recursos y programas de aprendizaje socioemocional
<https://bit.ly/39TYhFf>
- **GoNoodle:** Videos de movimiento y mindfulness creados por expertos en desarrollo infantil
<https://www.gonoodle.com>
- **30 Actividades de salud emocional:** Un calendario de un mes de actividades diarias que es de descarga y uso gratuitos
<https://bit.ly/3a1EfZE>
- **Visitas de museos guiadas en línea:** Viajes virtuales gratuitos a obras de arte y artefactos famosos de todo el mundo
<https://bit.ly/3b29L9H>
- **Excursiones virtuales:** Videos y cámaras gratuitos de hábitats de animales, lugares famosos y áreas únicas
<https://bit.ly/3b4XuS5>
- **Lecciones de arte gratuitas:** Clases de arte basadas en YouTube a partir del 16 de marzo de
<https://bit.ly/2lQtlNY>
- **Charlas TED:** Debates educativos organizados por tema de interés
<https://bit.ly/33qPuYV>

No somos una compañía de seguros. Health Advocate no es un proveedor directo de atención médica y no está afiliado con ninguna compañía de seguros o proveedor externo.

©2020 Health Advocate HA-M-2002003-10FLY-SP

Acuda a nosotros — podemos ayudar.



Correo electrónico: answers@HealthAdvocate.com
Web: HealthAdvocate.com/

HealthAdvocateSM