

### Actividades recomendadas para semana de receso educativo

La situación actual, en la que nos encontramos, obliga a que nuestras rutinas también sean modificadas, con el objetivo de descansar, desconectarnos, pero también aprovechar de cuidar nuestra salud mental, emocional y nuestra relación con seres queridos.

Durante esta semana iremos dejando a diario en nuestra página actividades que pueden realizar con o sin internet.

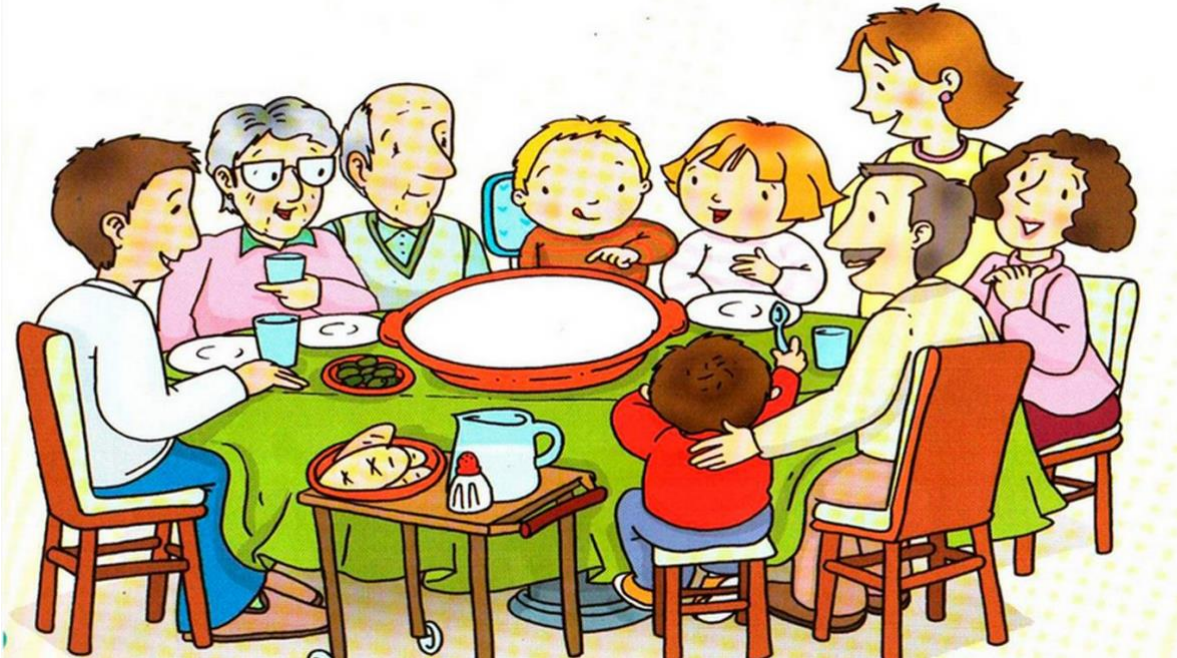
Los motivamos a participar, enviándonos fotografías de sus actividades al correo :

Quienes nos envíen evidencias del trabajo realizado, recibirán un diploma de participación.

#### **Actividades Familiares recomendadas:**

Nuestra familia, o cercanos son sin duda los más importantes para poder mantenernos conectados emocionalmente y poder mejorar nuestra cohesión y sentido de pertenencia familiar. Podemos reunirnos durante la semana y conversar abiertamente sobre lo que hemos sentido en este periodo.

Podemos simplemente ser espontáneos, preguntarnos como estamos, que cosas soñamos hacer cuando termine la pandemia, y que cosas cambiaríamos de nuestros hábitos antes de la cuarentena.



También podemos usar lo lúdico para poder armonizar la relación al interior del hogar:

La idea es organizar competencias divertidas, sencillas, donde todos los asistentes o jugadores puedan participar

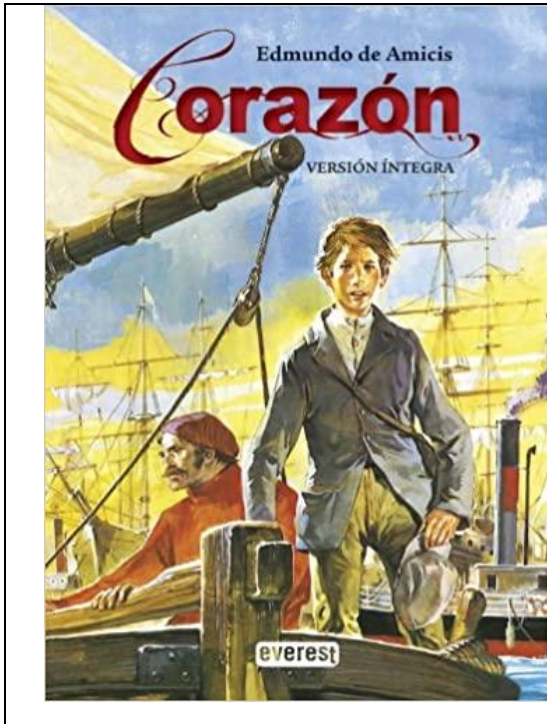
### **LUNES:**

Este reto es muy sencillo. Necesitamos dos globos o bombas infladas por cada jugador participante.

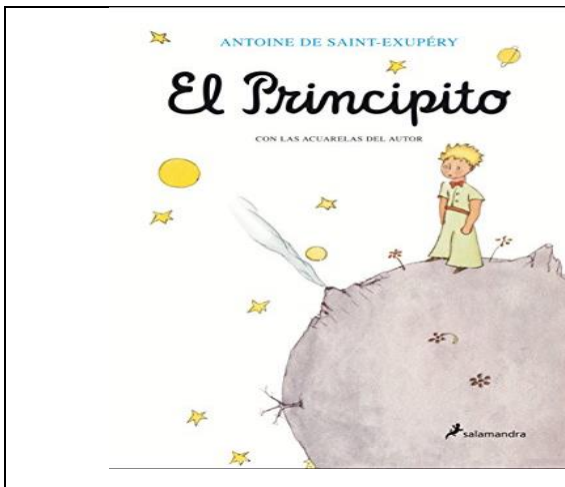
Cada uno, con una sola mano, debe sostener en el aire dos globos, empujándolos con una sola mano. Si toca los globos con la otra mano, queda descalificado y sale del juego.



**¿QUÉ PUEDO LEER?**



En forma de diario, narra las vivencias de un niño italiano, destacando los valores familiares. A servido de base para varias series animadas, como Marco, de los Apeninos a los Andes



Es un cuento con ilustraciones hechas por el mismo autor. El tema central tiene un tinte filosófico, incluyen críticas al mundo de los adultos. Resalta el encuentro del principito con el zorro, quien le enseña el sentido verdadero de la amistad y la esencia de las relaciones humanas.