

Nº 2

Diciembre 2020

## BOLETÍN DEL EQUIPO DE ORIENTACIÓN Y APOYO



CEIP Infanta Cristina  
El Provencio (Cuenca)



# LLEGARON LAS VACACIONES

Queridas papas y mamas, este año, no le hemos pedido muchos regalos a Papá Noel, ni a los Reyes Magos, este año, solo pedimos que todo continúe como el trimestre anterior.

Ha sido un trimestre difícil, ninguno de nosotros pensamos poder celebrarlo como lo hemos hecho. Todas las personas que trabajan en el cole, nos hemos dejado la piel para mantener las medidas de seguridad. Los maestros y maestras han tomado la temperatura a primera hora, lloviera o hiciera sol. Han llevado el gel hidroalcohólico como un instrumento del aula, incluso delante del lápiz. Les han enseñado que lo que antes estaba bien, ahora ya no lo está, que no se puede compartir el bocado y que no debemos besarnos o abrazarnos. Y han antepuesto su seguridad por la de sus niños, consolándoles cuando ha hecho falta y enseñándoles otra forma de sonreír: la sonrisa de la mirada.

Agradecer al AMPA su compromiso con el colegio y todos los apoyos e ideas.

A nuestro Ayuntamiento, siempre en vanguardia, apoyándonos y ofreciéndonos todos los recursos necesarios para este curso tan difícil, a nuestras queridas “chicas de la limpieza” que han sido parte del día a día del colegio, desinfectando nuestros baños constantemente, nuestros pomos, nuestras mesas..., a Quique, nuestro vigilante de seguridad que ha velado para que las entradas y salidas del colegio sean seguras. Y también agradecer a Manolo, nuestro conserje, que ha estado pendiente en todo momento de lo que faltaba para traerlo con una sonrisa en los ojos.

Pero, sobre todo, esto ha sido posible GRACIAS A VUESTROS HIJOS. Sin sus ganas de aprender aun con mascarilla, sin su firme convencimiento de que había que cumplir las normas, sin su aceptación de la pandemia, nada de esto habría funcionado.

Por lo que solo nos queda, desearos

## FELICES FIESTAS

Desde el colegio, consideramos fundamental para el desarrollo de nuestros alumnos, Por ello, os hemos preparado este boletín que, os ayudará a reflexionar, así como a plantearos con vuestros hijos, pequeños retos y metas que contribuyan a su desarrollo personal y social.

# DEMASIADOS REGALOS

El síndrome del niño hiperregalado, ¡Qué raro suena ese síndrome! ¡Parece una enfermedad! Mi hijo no lo tiene eso.



Pues el 80% de los niños españoles sufre el síndrome del niño hiperregalado, de hecho, muchos reciben 10 veces más regalos de los que necesitan.

En esta época del año y más este 2020, por culpa de la pandemia, es difícil que la familia no compita por hacer feliz al niño, por cumplir todos los deseos que hay escritos en la carta de los Reyes Magos. Sin embargo, que efectos provoca esto en el niño.

El síndrome del niño hiperregalado provoca que los niños no aprecien los juguetes que reciben, pierdan la ilusión y se vuelvan consumistas, caprichosos y egoístas. Pues un exceso de juguetes provoca:

- Bajo nivel de tolerancia a la frustración.
- Sobreestimulación.
- Pérdida de ilusión.
- Desarrolla antivalores
- Limita la fantasía

La solución para evitar este empacho de juguetes pasa por una sencilla regla: **LA REGLA DE LOS CUATRO JUGUETES**. Esta regla se basa en 4 principios:

1. Algo que sirva para llevar (ropa, zapatos, complementos...)
2. Algo para leer.
3. Algo que realmente deseen.
4. Algo que realmente necesiten.

Nuestra tradición es que Tanto Papá Noel como los Reyes Magos dejen regalos en todas las casas: los abuelos, los tíos, los vecinos... ¿Qué podemos hacer si resulta imposible ceñirnos a los 4 regalos?



Es importante concienciar a toda la familia, hacer pequeños cambios en las tradiciones, y estar en contacto para regalar cosas realmente necesarias. También podemos donar aquellos juguetes que ya no utilizamos para que puedan llegar a niños que los necesitan. Les enseñaremos a compartir.

Recordad que la Navidad no son solo regalos, es tiempo para disfrutar, para ser más solidarios, para compartir, es tiempo de pasear, de ver las tiendas y las calles decoradas, es tiempo de cantar, es tiempo de cuidarnos, Es tiempo de ilusión, evitemos que pierdan la magia de la Navidad.



\*Ampliar el artículo haciendo clic [aquí](#).

# TICs en familia

Los medios de comunicación son instrumentos de ocio, de entretenimiento y de aprendizaje. Pero si no se usan adecuadamente, los niños pueden vivir en un estado de indefensión ante ellos. Los avances tecnológicos han acercado a nuestras casas otros sistemas que permiten la comunicación y el acceso a la información, en algunas ocasiones, con contenidos inadecuados. Aprovechemos este periodo de vacaciones para hacer un buen uso.

## PONER LÍMITES A LOS CONSUMOS FAVORECE SU USO SALUDABLE

La televisión y las Nuevas Tecnologías no deben de ser el centro de ninguna habitación de la casa. En algunos espacios del hogar conviene evitarlas especialmente, como en el caso de la TV en los dormitorios. Cada vez tenemos más mandos y menos control.



Estas tecnologías no deben hacer de canguro. Es importante negociar el tiempo de consumo de la tele, videojuegos e internet. Es bueno establecer un horario de disfrute que sirva de referencia. Al iniciar un consumo es bueno saber cuándo éste va a terminar.

No mezclar el tiempo de las tareas escolares con el de la televisión, ni que éste último tampoco robe horas de descanso o de sueño.

## ACOMPañAR Y DIALOGAR ANIMAN UNA ACTITUD CRÍTICA

Hay que estar al día sobre los gustos de tus hijos, desde programas de tele a videojuegos. Este año hemos tenido la oportunidad de conocerlos un poco más durante el confinamiento.

Debemos seleccionar juntos los contenidos que sean más adecuados para cada una de las edades. Elegirlos en función de su calidad y de los valores que estén presentes, teniendo especial cuidado con las escenas y los estereotipos violentos.

Dialogar durante los consumos. Atender a cómo navegan por internet, qué es lo que más les “engancha” delante de la pantalla: intereses creados, consumismo, modelos de vida, apariencia y engaños, etc...



Debemos preparar críticamente a nuestros hijos ante las imágenes y roles de referencia que emocionalmente nos presentan la televisión y los videojuegos y las redes sociales, creando en muchas ocasiones una sociedad irreal.

## LA MEJOR EDUCACIÓN NACE DEL EJEMPLO DE LOS ADULTOS

Las Tecnologías de la Información no son en sí mismas adictivas. Los videojuegos, internet, los móviles, la televisión no tienen por qué ser un enganche.



Es importante estimular una recepción activa, inteligente y despierta de estos consumos, frente a otra especialmente pasiva, fascinada y sólo atenta a recibir sensaciones.

Las Tecnologías de la Información no son un producto, son un medio para la comunicación. Sería bueno rescatar este significado en los teléfonos móviles, chats y en los correos electrónicos. No olvidar que la sociabilidad virtual no sustituye a la sociabilidad real.

Los adultos, y en especial los padres y madres, somos el principal referente en las conductas de nuestros hijos. La coherencia entre lo que decimos y hacemos es la máxima fundamental para darles ejemplo saludable.

## COMUNICAR ES COMPARTIR

Educar para la salud con las Nuevas Tecnologías pasa por tener hábitos saludables de consumo y sociabilidad en este nuevo entorno, conductas donde el joven o el niño disfrute y utilice cada una de ellas con libertad y en compañía.

Estos nuevos medios son herramientas para la comunicación que, bien utilizados, nos ayudan en el crecimiento personal y co- responsable. Las Nuevas Tecnologías nos tienen que acercar a los demás porque, ante todo, comunicar es compartir



Aprovechamos para recordaros que el Equipo de Orientación y Apoyo estamos a vuestra disposición siempre que lo necesitéis.