

# ¡El tercer trimestre comienza en casa!

Son muchos los consejos y recursos que durante las últimas semanas se están difundiendo con la finalidad de ayudar a familias, alumnado y profesorado durante esta situación excepcional.

Desde el **EQUIPO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA DE ATARFE**, hemos centrado nuestra aportación en realizar una selección de orientaciones y recursos usando una estrategia **visual, resumida** y para cuyo abordaje **no es necesario imprimir**.

A través de este documento el/la interesado/a podrá ir navegando por los distintos contenidos, que se dirigen a **familias, docentes y alumnos/as de educación infantil y primaria**.

Esperamos le sea de utilidad para favorecer el bienestar personal de su hijo/a y/o alumno/a.

¡Mucho ánimo!

Disponibles para lo que necesitéis...  
18006200.edu@juntadeandalucia.es

*Orientaciones generales para afrontar el confinamiento*



*Planificación de tareas escolares*



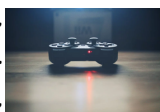
*Técnicas de relajación*



*Afrontar un mal día*



*Orientaciones para el juego libre*



*El sueño: hábitos*



*Consejos para mantenernos conectados al mundo*



*Actividad Física*



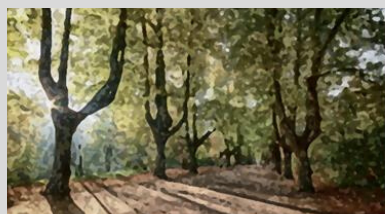
*Orientaciones para el ocio dirigido*



*Colaborar en tareas domésticas*



*Apoyo emocional*



**#orientadesdecasa**  
Equipo de Orientación Educativa de Atarfe

# *¡El tercer trimestre comienza en casa!*

Documento elaborado por:

Antonio J. Martos Martín  
Encarnación Martos Martínez  
M<sup>a</sup> Ángeles Sierra Serrano  
Manuel López Bermúdez  
Óscar Alonso Molero  
Rubén Jiménez Morales

Contacte con su orientador/a de referencia para lo que necesites.



***#orientadesdecasa***  
*Equipo de Orientación Educativa de Atarfe*