

# Aurora C.I.C

CONECTA, INFORMA Y  
COMPARTE8

*motivación  
escolar*

ISSN 22

Edición  
nº9

## Estimada Comunidad Educativa

Junto con saludarlos a cada uno de ustedes y esperando que se encuentren bien junto a sus familias queremos entregarles este material didáctico, para que puedan compartir dentro de sus hogares, a través de este medio trabajaremos temáticas atinentes a áreas que fomentan el desarrollo integral de nuestros estudiantes, y que se relacionan con el manejo conductual y emocional a nivel familiar, otorgando consejos y estrategias para poder facilitar la convivencia familiar ante esta situación emergente. También se entregaran recomendaciones para potenciar el proceso de aprendizaje a distancia de sus hijos, actividades familiares y relacionadas con hábitos de vida saludable tanto a nivel de alimentación y actividad física,

así como también aspectos relevantes de Formación Ciudadana.

Como equipo de convivencia escolar, estamos orientados a trabajar enfocados en los Indicadores de Desempeño, los que se encuentran explicados con mayor detalle en la plataforma de nuestro colegio, en la pestaña de Convivencia Escolar.

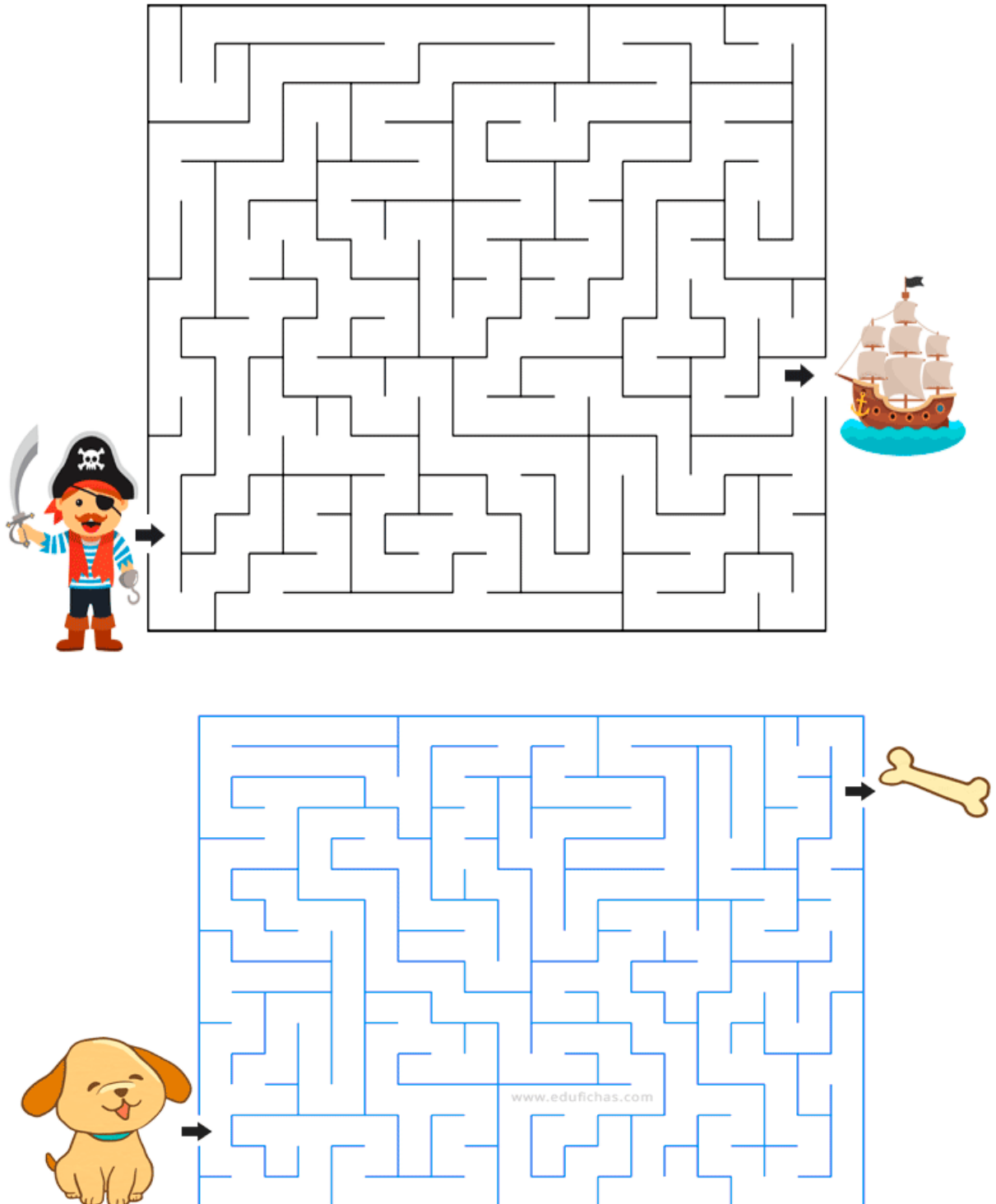
¡Tendremos una edición semanal con diversas actividades para ustedes!

Les enviamos un abrazo virtual  
Con cariño

Equipo de Convivencia Escolar

Ayuda al pirata a llegar al barco y al perrito a llegar a su hueso  
Busca el camino que corresponde usando un lápiz o tu dedo.

**¡Vamos que tú puedes!**



# Motivación Escolar

¿ Que es la motivación escolar ?

La motivación es el énfasis que ponemos al realizar determinadas tareas o actividades. Una motivación alta y duradera es vital para ayudarnos a conseguir todo aquello que nos proponemos, sobre todo a la hora de estudiar.





# ¿ CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE LA MOTIVACIÓN ESCOLAR?

- LA MOTIVACIÓN INCREMENTA EL ESFUERZO Y LA PERSISTENCIA EN LA TAREA.
- LA MOTIVACIÓN AUMENTA LA INICIATIVA
- LA MOTIVACIÓN MEJORA LAS HABILIDADES DE PROCESAMIENTO COGNITIVO. NOS PERMITE EXPLICAR, SINTETIZAR, HACER CONEXIONES CON OTROS MATERIALES, EVITAR EL APRENDIZAJE POR MEMORIZACIÓN Y MOSTRAR MAYOR DESARROLLO EN MATEMÁTICAS
- LA MOTIVACIÓN MEJORA EL DESEMPEÑO GENERAL.





# INGRESO FAMILIAR DE EMERGENCIA (IFE)

## Consideraciones



## ¿Qué es?

Es una iniciativa que forma parte del conjunto de medidas que el Gobierno ha implementado para proteger a los hogares que han visto afectadas sus fuentes de ingresos por los efectos socioeconómicos del COVID..

## ¿Cómo se mide quién recibe el beneficio?

Es necesario que la persona tenga Registro Social de Hogares (RSH) y que pertenezca al 90% más vulnerable. Pero además se creó un nuevo indicador para capturar la vulnerabilidad socioeconómica de las familias durante la emergencia: El Indicador Socioeconómico de Emergencia (ISE) y en cuyo caso se requiere que los hogares además se encuentren dentro del 80% de este indicador.



## ¿Cuáles son los montos?

El monto correspondiente al IFE para los próximos pagos es de hasta \$100 mil por persona para familias de hasta 4 integrantes en hogares que no reciben ningún ingreso formal, es decir, esta familia recibiría en el próximo pago \$400 mil A continuación una tabla de ingreso por integrante del hogar:

Monto máximo del beneficio para hogares SIN ingresos formales (\*)

1	\$100.000
2	\$200.000
3	\$300.000
4	\$400.000
5	\$467.000
6	\$531.000
7	\$592.000
8	\$649.000
9	\$705.000
10 o más	\$759.000

**Para mayor información puedes llamar al siguiente teléfono o ingresar al sitio web registro social de hogares 800 104 777 WWW.REGISTROSOCIAL.GOB.CL**

**En nuestra región puedes llamar al 722222606 o a los siguientes celulares +56938638454 +56938638456**

ESTA INFORMACIÓN APUTA AL IDPS DE PARTICIPACIÓN Y FORMACIÓN CIUDADANA



## ¿Quiénes son los beneficiarios?

El IFE beneficia a los hogares más afectados por las crisis sanitaria y económica provocada por la pandemia, por lo tanto, puede ser solicitado por:

a) Hogares sin ingresos formales, que estén dentro del 90% del Registro Social de Hogares (RSH) y que en el nuevo Indicador Socioeconómico de Emergencia (ISE), figuren dentro del 80% de mayor vulnerabilidad. Acá el pago es de \$100 mil por cada integrante hasta hogares de 4 personas, en los hogares con más integrantes (5 o más) disminuye levemente el aporte del IFE a partir del quinto integrante.

b) Hogares que tengan ingresos formales, pero que estos sean bajos. Deben estar calificados dentro del 90% del RSH y en el 80% según el Indicador Socioeconómico de Emergencia (ISE). En estos casos el aporte funciona como un complemento a los ingresos formales de esta familia para que estos lleguen al umbral establecido para la cantidad de integrantes. Así, por ejemplo, si una familia de tres personas tiene ingresos formales de \$50 mil, recibirá \$250 mil de IFE.

c) Hogares que hayan quedado fuera del IFE por tener ingresos formales por sobre el umbral establecido, donde reside al menos un adulto mayor de 70 años o más que reciba Pensión Básica Solidaria, los que accederán al segundo y tercer pago del beneficio siempre que tengan RSH y se encuentran dentro del 80% de mayor vulnerabilidad según la Calificación Socioeconómica del Registro Social de Hogares.

El aporte es de \$100 mil por pensionado para el segundo y tercer aporte del IFE. En el cuarto aporte recibirán como mínimo \$80 mil y monto podría ser nuevamente de \$100 mil por pensionado dependiendo de situación sanitaria que enfrente el país. Hogares que hayan quedado fuera del IFE por tener ingresos formales por sobre el umbral establecido, donde reside al menos una persona que reciba Pensión Básica Solidaria de Invalidez, los que accederán al segundo y tercer pago del beneficio siempre que tengan RSH y se encuentren dentro del 80% de mayor vulnerabilidad según la Calificación Socioeconómica del Registro Social de Hogares. Al igual que el grupo anterior, el aporte es de \$100 mil por pensionado para el segundo y tercer aporte del IFE. En el cuarto aporte recibirán como mínimo \$80 mil y monto podría ser nuevamente de \$100 mil por pensionado dependiendo de situación sanitaria que enfrente el país.

## ¿Qué se considera como ingresos formales?

- Pensiones de cualquier naturaleza en algún régimen de seguridad social o sistema previsional.
- Remuneraciones por contrato de trabajo.
- Remuneraciones por contrato con el Estado.
- Honorarios por prestación de servicios.
- Prestaciones recibidas por Seguro de Cesantía.
- Ingresos por Subsidio de Incapacidad Laboral, tales como, licencias médicas u otros motivos de salud que hayan activado el subsidio.

## ¿Es compatible el IFE con otros apoyos?

Al igual que el IFE actual, tras el acuerdo el beneficio es compatible con las disposiciones de la Ley de Protección al Empleo, Seguro de Cesantía, Trabajadores a Honorarios, Pensiones contributivas y no contributivas.

Así, el acuerdo establece que una familia, por ejemplo, de 4 integrantes si por la Ley de Protección del Empleo sólo recibe \$200 mil mensual, y solicita el IFE, va a recibir un apoyo de \$200 mil para lograr llegar al umbral de \$400 mil, correspondiente al de un hogar de 4 integrantes.

## ¿Cuánto tiempo dura el beneficio?

El IFE se compone de cuatro aportes que llegarán a las familias, uno cada mes. El primer pago comenzó a fines de mayo. El segundo pago se realiza en los meses de junio y julio, el tercero a fines de julio y agosto, y el cuarto aporte en los meses de agosto y septiembre donde el beneficio será del 80% del tercer aporte, o bien el 100%, en caso de que las condiciones sanitarias lo requieran.

## ¿Cuáles son las fechas relevantes?

Se ampliaron los plazos de postulación. La idea es que más personas y hogares que han perdido sus ingresos durante la emergencia accedan a este beneficio. El plazo para postular al segundo pago (que será el primero con el monto de \$100 mil) será el 9 de julio.

- 09/07/2020 Cierre de solicitud segundo pago
- 28/07/2020 Plazo máximo para el segundo pago
- 08/08/2020 Cierre de solicitud tercer pago
- 27/08/2020 Plazo máximo para el tercer pago
- 07/09/2020 Cierre de solicitud cuarto pago
- 27/09/2020 Plazo máximo para el cuarto pago



# JUEGOS OLÍMPICOS EN CASA



PARA MANTENERNOS ACTIVOS ESTA CUARENTENA



## APUNTAR AL ARO

Un juego que puedes fabricar en casa y en el que trabajarás la destreza y la puntería. En un cartón pega 5 rollos de papel higiénico con la forma y los colores de los aros olímpicos. Los participantes tendrán que conseguir colar los máximos aros posibles en cada uno de los rollos de papel, los aros también puedes hacerlos de cartón.



## SALTO LARGO

Pinta en el suelo la salida desde donde los participantes tienen que saltar, así como unos números que midan las distintas distancias. Ganará el participante que más lejos consiga saltar sin caerse. Propongan un Juez para que haga las mediciones.



## LANZAMIENTO DE LA JABALINA

En este juego la jabalina será una pajita o bombilla, los objetivos platos de plástico de colores. Colocaremos los platos en línea asignándoles una puntuación de mayor a menor, siendo la mayor la del plato más lejano. Los jugadores tendrán que colarla dentro del plato para ir sumando puntos.



## SALTO DE OBSTACULOS

Hacer una carrera de obstáculos en el jardín o pasillo de la casa. Necesitas utensilios de casa, cajas, juguetes, pelotas, etc, ir formando obstáculos (no demasiado alto), colocando varios a una distancia prudente para que los niños tengan espacio para correr y saltar sin peligro.

Determinar punto de partida y meta, que gane el mas rápido de la casa.



## TABLA DE EQUILIBRIO

Con una tabla y dos tacos de madera podremos comprobar quién de los jugadores es el más 'equilibrado', ya que tendrán que cruzar la tabla sin caerse. Que gane el que tenga mejor equilibrio.



# BENEFICIOS DEL CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS

## MOTIVOS PARA CONSUMIR LAS FRUTAS Y VERDURAS

- Consumir 5 porciones de frutas y verduras aporta los nutrientes que el ser humano necesita y corresponde a la actual recomendación de la Organización Mundial de la Salud.

Al consumir 5 colores de verduras y frutas al día se asegura la ingesta de una variedad de antioxidantes, además de fibra, vitaminas y minerales que ayudan a mantener una buena salud

Las verduras de color verde oscuro se caracterizan por su buen aporte de folatos, que son indispensables para la adecuada función y desarrollo del cerebro.

Las frutas y hortalizas se destacan por ser buenas fuentes dietarias de antioxidantes, como vitamina C, E, carotenoides y polifenoles. Los polifenoles inciden en el color, sabor y textura de los alimentos y son los compuestos que más contribuyen a su capacidad antioxidante

# IDEAS PRÁCTICAS

- Comienza cada día con una fruta natural o jugo de fruta sin azúcar.
- Aumenta al doble el tamaño de la porción de verduras que come habitualmente.
- Agrega una porción de diferentes verduras a las comidas habituales: berenjena o brócoli.
- Compra las verduras y frutas de la estación.
- Al sentir hambre, consume una fruta o verdura.
- Agrega verduras a las preparaciones a base de huevo.
- Lleva de colación una fruta o verdura.
- Agregue al sándwich verduras como lechuga, tomate o pepino.
- Cada semana incluye una nueva fruta o verdura.
- Planifique algunas comidas con un plato principal de verduras, como una sopa.
- Pruebe comer una ensalada como plato principal en el almuerzo. No agregue demasiados aderezos a la ensalada.







# Toma un buen desayuno todos los días



PARA TENER ÉXITO EN EL COLEGIO O EL TRABAJO

¿Por qué es necesario tomar desayuno?

Porque después de 10 o 12 horas de ayuno necesitamos energía y nutrientes para realizar nuestras actividades diarias.

Tomar un desayuno saludable todos los días te ayuda a mantener un peso apropiado y mejorar el rendimiento físico y mental. Se ha demostrado que los niños que no desayunan tienen menor rendimiento escolar, debido a la falta de glucosa que aporta la energía necesaria para el buen funcionamiento del cerebro.



¿En qué consiste un desayuno?

Puede incluir: leche o yogurt, pan o cereales, fruta o jugo de fruta natural sin azúcar.

Agregar a elección: huevos, queso, quesillo o palta



Ventajas de tomar un buena desayuno

- Te permite mantener un buen crecimiento y desarrollo
- Mejora el rendimiento físico y mental
- Ayuda a mantener un peso saludable
- Mejora la concentración y el comportamiento
- Aumenta el rendimiento y la productividad en el trabajo
- Contribuye a mantener tu salud y bienestar

