	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 1 de 7


DD	MM	AA
17	03	2020

Cordial saludo apreciados padres y madres de familia, debido a los últimos acontecimientos en los que nuestras autoridades nacionales, departamentales y locales implementan medidas de contención, y acciones encaminadas a la protección ante la propagación del COVID-19, especialmente al llamado de permanecer en casa y el aislamiento social, el Establecimiento Público Colegio de Boyacá recomienda la practica al interior del hogar de las siguientes estrategias, que contribuyen de manera directa a fortalecer los vínculos familiares, aprovechando el tiempo en familia que se presenta por este receso forzoso en la actividad académica.

1. Es responsabilidad de los padres establecer y mantener rutinas con sus hijos, por esto es necesario fijar horarios para programarse en el día, recuerde no son vacaciones. Es decir, disponer de momentos al día para el aseo e higiene personal, ordenar la habitación o responsabilidad en los deberes del hogar, momentos de estudio y tareas (que pueden incluir repasos y refuerzos de los temas vistos en clase, así como desarrollar las actividades - tareas que docentes envían a los correos institucionales de sus hijos), hora de alimentos (recuerden onces saludables), así como momentos de juego, descanso y sueño.



2. Adecuado uso de la tecnología, se sugiere a los padres que se modere al día el uso de tecnología, videojuegos y televisión, y se realice bajo la supervisión de un adulto responsable que esté al tanto del contenido al que se exponen los niños y niñas. Recuerden el tiempo de nuestros hijos en frente a las pantallas, no debe

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	SA-FR-13
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Versión: 1
	MENSAJE A PADRES	Fecha: 13/02/14
		Página 2 de 7


superar el tiempo de estudio, juego y descanso. Existen videos educativos para diferentes edades sobre temas de interés como naturaleza, animales, ciencia y experimentos que pueden ser un recurso educativo para los padres.



- Actividades en familia, se pueden recordar momentos felices revisando por ejemplo el álbum de fotos familiares, donde podemos aprovechar para rememorar como éramos en nuestra infancia y quizá contarles momentos de alegría. Retomar el uso de los juegos de mesa: parqués, domino, ajedrez, cubos, armo todo, escalera, loterías, juegos de memoria, sabelotodo, adivina quién, juegos de palabras y mímica; estos juegos además de proporcionar diversión fomentan habilidades cognitivas, motrices y de aprendizaje en nuestros hijos.



Ver películas y cocinar en familia puede ser otra manera de fortalecer la comunicación, las relaciones y los vínculos familiares, en estos momentos podemos conocer aún más los gustos e intereses tanto de padres como hijos

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	SA-FR-13
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Versión: 1
	MENSAJE A PADRES	Fecha: 13/02/14
		Página 3 de 7

**Fortalecer en casa valores esenciales para estos momentos, llego la hora de pensar en nosotros y nuestras familias.**

1. Ser buenos ciudadanos y empáticos con la comunidad, es el momento de pensar en el bien común sobre el interés individual, es ponerse en los zapatos de las situaciones de salud y sentimientos de los demás y sus familias.
2. Responsabilidad, en este momento hay actividades que debemos dejar de hacer como salir a centros comerciales, cine, entre otros; es aquí en donde los adultos con nuestro ejemplo podemos incentivar la responsabilidad en familia y acatar las disposiciones emanadas de las entidades de salud, protección y educación.

**LECTURA EN FAMILIA SOBRE VALORES...  
HAGAMOSLO JUNTOS!**


### ***EL PAJARITO PEREZOSO***



Había una vez un pajarito simpático, pero muy, muy perezoso. Todos los días, a la hora de levantarse, había que estar llamándole mil veces hasta que por fin se levantaba; y cuando había que hacer alguna tarea, lo retrasaba todo hasta que ya casi no quedaba tiempo para hacerlo. Todos le advertían constantemente:

- ¡Eres un perezoso! No se puede estar siempre dejando todo para última hora...

- Bah, pero si no pasa nada - respondía el pajarito - Solo tardo un poquito más que los demás en hacer las cosas.

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 4 de 7

Los pajarillos pasaron todo el verano volando y jugando, y cuando comenzó el otoño y empezó a sentirse el frío, todos comenzaron los preparativos para el gran viaje a un país más cálido. Pero nuestro pajarito, siempre perezoso, lo iba dejando todo para más adelante, seguro de que le daría tiempo a preparar el viaje. Hasta que un día, cuando se levantó, ya no quedaba nadie.


Como todos los días, varios amigos habían tratado de despertarle, pero él había respondido medio dormido que ya se levantaría más tarde, y había seguido descansando durante mucho tiempo. Ese día tocaba comenzar el gran viaje, y las normas eran claras y conocidas por todos: todo debía estar preparado, porque eran miles de pájaros y no se podía esperar a nadie. Entonces el pajarillo, que no sabía hacer solo aquel larguísimo viaje, comprendió que por ser tan perezoso le tocaría pasar solo aquel largo y frío invierno.

Al principio estuvo llorando muchísimo rato, pero luego pensó que igual que había hecho las cosas muy mal, también podría hacerlas muy bien, y sin dejar tiempo a la pereza, se puso a preparar todo a conciencia para poder aguantar solito el frío del invierno.

Primero buscó durante días el lugar más protegido del frío, y allí, entre unas rocas, construyó su nuevo nido, que reforzó con ramas, piedras y hojas; luego trabajó sin descanso para llenarlo de frutas y bayas, de forma que no le faltase comida para aguantar todo el invierno, y finalmente hasta creó una pequeña piscina dentro del nido para poder almacenar agua. Y cuando vio que el nido estaba perfectamente preparado, él mismo se entrenó para aguantar sin apenas comer ni beber agua, para poder permanecer en su nido sin salir durante todo el tiempo que durasen las nieves más severas.

Y aunque parezca increíble, todos aquellos preparativos permitieron al pajarito sobrevivir al invierno. Eso sí, tuvo que sufrir muchísimo y no dejó ni un día de arrepentirse por haber sido tan perezoso.

Así que, cuando al llegar la primavera sus antiguos amigos regresaron de su gran viaje, todos se alegraron sorprendidos de encontrar al pajarito vivo, y les parecía mentira que aquel pajarito holgazán y perezoso hubiera podido preparar aquel magnífico nido y resistir él solito. Y cuando comprobaron que ya no quedaba ni un poquitín de pereza en su pequeño cuerpo, y que se

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 5 de 7

había convertido en el más previsor y trabajador de la colonia, todos estuvieron de acuerdo en encargarle la organización del gran viaje para el siguiente año.

Y todo estuvo tan bien hecho y tan bien preparado, que hasta tuvieron tiempo para inventar un despertador especial, y ya nunca más ningún pajarito, por muy perezoso que fuera, tuvo que volver a pasar solo el invierno.

Cuento de Pedro Pablo Sacristán 2020.

<https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/cuentos-infantiles/el-pajarito-perezoso-cuento-corto-para-ninos/>

*Este cuento explicar a los más pequeños por qué la pereza puede ser mala. Y que el valor del esfuerzo te puede librar de situaciones difíciles.*


### **CELINA Y LOS RAYOS DE SOL**



Celina era una niña muy curiosa que se levantó temprano una mañana con la firme intención de atrapar, para ella sola, todos los rayos del sol.

Una ardilla voladora que brincaba entre árbol y árbol le gritaba desde lo alto. ¿A dónde vas, Celina?, y la niña respondió:

- Voy a la alta montaña, a pescar con mi malla de hilos todos los rayos del sol y así tenerlos para mí solita.

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 6 de 7

- No seas mala, bella Celina - le dijo la ardilla - Deja algunos pocos para que me iluminen el camino y yo pueda encontrar mi alimento. -

Está bien, amiga ardilla - le contestó Celina -, no te preocupes. Tendrás como todos los días rayos del sol para ti.

Siguió caminando Celina, pensando en los rayos del sol, cuando un inmenso árbol le preguntó.  
¿Por qué vas tan contenta, Celina?

- Voy a la alta montaña, a pescar con mi malla de hilos todos los rayos del sol y así tenerlos para mí solita, y poder compartir algunos con mi amiga, la ardilla voladora.

El árbol, muy triste, le dijo:

- También yo te pido que compartas conmigo un poco de sol, porque con sus rayos seguiré creciendo, y más pajaritos podrán vivir en mis ramas.

- Claro que sí, amigo árbol, no estés triste. También guardaré unos rayos de sol para ti.


Celina empezó a caminar más rápido, porque llegaba la hora en la que el sol se levantaba y ella quería estar a tiempo para atrapar los primeros rayos que lanzara. Pasaba por un corral cuando un gallo que estaba parado sobre la cerca le saludó.

- Hola, bella Celina. ¿Dónde vas con tanta prisa?

- Voy a la alta montaña, a pescar con mi malla de hilos todos los rayos del sol y así poder compartir algunos con mi amiga la ardilla voladora, para que encuentre su alimento; y con mi amigo el árbol, para que siga creciendo y le dé hospedaje a muchos pajaritos.

- Yo también te pido algunos rayos de sol para que pueda saber en las mañanas a qué hora debo cantar para que los adultos lleguen temprano al trabajo y los niños no vayan tarde al colegio.

- Claro que sí, amigo gallo, también a ti te daré algunos rayos de sol – le contestó Celina.

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 7 de 7

Celina siguió caminando, pensando en lo importante que eran los rayos del sol para las ardillas y para los pájaros; para las plantas y para los hombres; para los gallos y para los niños.

Entendió que si algo le sirve a todos, no es correcto que una persona lo quiera guardar para ella solita, porque eso es egoísmo. Llegó a la alta montaña, dejó su malla de hilos a un lado y se sentó a esperar al sol.

Ahí, sentadita y sin moverse, le dio los buenos días, viendo como lentamente los árboles, los animales, las casas, los lagos y los niños se iluminaban y se llenaban de colores gracias a los rayos del sol.

*Cuento de Luis Antonio Rincón García*

<http://www.cuentosinfantilesadormir.com/cuento-mexicano-itzelinaylosrayosdelsol.html>

*Este cuento quiere enseñarnos lo importante que es el respeto al bien común.*

*Adriana Malaver C.  
Psicóloga.  
Colegio de Boyacá.*