

Programa de formación para Apymas y Familias

2021-2022

Aldiko prestakuntza programa
guraso elkartea eta famlientzat



WEB.....: www.herriko.org

Correo.....: herriko@herriko.org

Tfno.....: 948245041

WhatsApp: 608887284

Twitter.....: @Herrikoá

Colaboran:



Participación

Consejos escolares

Conocer qué son
Quiénes lo componen
Qué funciones tiene
Normativa vigente que los regula

Funcionamiento de Juntas

Qué debemos saber de la APYMA
Cómo preparar y desarrollar reuniones
Responsabilidades de las APYMAS
LOPD, Ley de Protección de Datos

Relaciones escuela-familia

Cómo nos comunicamos con la escuela
Límites en la comunicación
Conflictos entre la escuela y la familia

Jornadas escolares

Diferencia entre jornadas
Características.
El proceso para el cambio

Aprender en familia (charlas)

Cuando un ser querido fallece: Ayudando a nuestros hijos e hijas a afrontar las pérdidas

A través de la formación se pretende que los padres/madres:

Ofrecer pautas para que los padres puedan hablar con sus hijos con naturalidad sobre la muerte.

Dotarles de estrategias para comunicar la muerte de un ser querido, así como para ayudar a sus hijos/as en la elaboración del duelo.

Sean capaces de detectar señales de alerta que indiquen la necesidad de buscar ayuda profesional.

Parteharmen

Eskola Kontseiluak

Zerdiren ezagutzea
Nork osatzen dituen
Zeintzuk diren kontseiluen betebeharrak
Kontseiluen gaineko indarreko arautegia

Biltzarren funtzionamendua

Zerjakin behar dugun guraso elkarteari buruz
Bilkurak prestatzea
Bilkurak garatzea
Datuak babesteko Legea

Eskola-familia harremanak

Nola komunikatzen garen eskolarekin
Komunikazioaren mugak
Eskolaren etafamiliaren arteko gatazkak

Eskola-Jardunaldiak

Jardunaldien arteko aldea
Ezaugarriak.
Aldaketarako prozesua

Familian ikasi (Solasaldia)

Maite dugun norbait hiltzen denean: **Gure seme-alabei galerei aurre egiten lagunduz**

Prestakuntzaren bitartez lortu nahi dena da gurasoek:

Jarraibideak ematea gurasoek naturaltasunez hitz egin dezaten heriotzaz seme-alabekin.

Maite dugun norbajiten heriotzaren berri ematek estrategiak ematea, eta seme-alabei dolua egiten laguntzekoak ere.

Laguntza profesionala bilatu behar dela adierazten duten alerta-seinaleak ikusteko gai izatea.

Límites y posibilidades

Ver la función que cumplen los límites.
Analizar cuándo y cómo poner límites en las distintas edades.
Comprender los beneficios de que el límite vaya acompañado de posibilidades.
Facilitar claves para poner límites de manera respetuosa.
Posibilidad de participar en euskera durante la charla.

Educar en la confianza en tiempos de crisis

Ante una situación de miedo e inseguridad como la que estamos viviendo, es vital para la salud de nuestros hijos/as transmitir confianza .

Reflexionar sobre el miedo. Su función y disfunción. Nuestros propios miedos adultos. Como acompañar los miedos infantiles.

Aportar ideas para educar en la confianza.

Posibilidad de participar en euskera durante la charla.

Cómo acercarnos a la naturaleza con seguridad y confianza

La naturaleza como alternativa o compensador del uso (y abuso) de las pantallas

Aportar ideas prácticas para que las experiencias en la naturaleza sean agradables y seguras para las/os niñas/os y nosotras/os

Ver algunas características propias de cada etapa evolutiva para comprender a nuestras/os hijas/os

Cómo atender las emociones y sentimientos que pueden surgirles en la situación complicada e incierta que estamos viviendo y breve reflexión sobre nuestras propias emociones adultas

Aportar ideas para transmitir confianza a nuestras/os hijas/os

El desarrollo de la empatía: Cómo favorecerlo

Analizar factores que favorecen el desarrollo de la empatía

Señalar obstáculos para su desarrollo, para poder evitarlos o minimizarlos

Aportar herramientas para practicar la empatía

Mejorando la comunicación con nuestras/os hijas/os

Reflexionar-analizar sobre nuestra forma o formas de comunicar.

.Algunas nociones de Comunicación no violenta .

Estrategias para comunicarme con mis hijos/os con el máximo respeto (y conmigo misma/o)

Mugak eta aukerak

Ikusi mugek betetzen duten funtzioa.
Aztertu noiz eta nola ezarri mugak adin desberdinan.
Mugak aukerak ekartzearen onurak ulertzeara.
Mugak errespetuz jartzeko gakoak ematea.
Hitzaldian euskaraz parte hartzeko aukera.

Konfiantzan hezi krisi-garaian

Egun bizi dugun beldurrez eta segurta-un-ezaz betetako egoeraren aurrean, konfiantza helaraztea ezinbestekoa da gure seme-alaben osasunerako.

Beldurrari buruz hausnartzea. Zertarako balio duen eta ez duen balio. Helduok ditugun beldurak. Nola lagundu haurrentz beldurrean.

Konfiantzan hezteko ideaiak ematea.

Hitzaldian euskaraz parte hartzeko aukera.

Nola hurbildu naturara segurtasunez eta konfiantzaz

Natura, pantailen erabileraren (eta abusuaren) alternatiba edo konpentsatzalea

Idea praktikoak ematea, naturako esperientziak atseginak eta seguruak izan daitezen haurrentzat zein guretzat.

Ikusi etapa ebolutibo bakoitzaren berezko ezaugarri batzuk, gure seme-alabak ulertzeko

Nola artatu bizi dugun egoera zail eta zalantzazko honetan haiengan sor daitezkeen emozio eta sentimendua, eta gure emozio helduei buruzko hausnarketa laburra ere.

Gure seme-alabei konfiantza transmititzeko ideiak ematea

Enpatiaren garapena: Nola erraztu

Enpatiaren garapena errazten duten faktoreak aztertzea

Haren garapenerako oztopoak antzematea, horiek saihesteko edo gutxitzeko

Enpatia praktikatzeko tresnak ematea

Gure seme-alabekiko komunikazioa hobetzen

Gure komunikatzeko moduari edo moduei buruz hausnartzea/aztertzea. .

Komunikazio ez-bortitzari buruzko zenbait nozio.

Seme-alabekin (eta nire buruarekin) errespeturik handienarekin komunikatzeko estrategiak

Espía en el supermercado

El objetivo es dar pautas para entender el etiquetado de los alimentos y dar claves a la hora de decantarnos por ciertos alimentos.

Dime qué comes

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), de los diez riesgos que más perjudican a la salud, seis están relacionados de forma directa con la alimentación. Se tratará de alertar sobre qué es lo que realmente comemos así como la necesidad de introducir otro tipo de alimentos. Porque no es lo mismo alimentarse que nutrirse.

Cultiva tu propio criterio

Existe evidencia científica de que la alimentación es el principal factor externo que condiciona el correcto crecimiento y desarrollo. La adquisición de hábitos alimentarios saludables se realiza en los primeros años de vida, sobre todo desde las familias, pero también desde el colegio. Se pretende desmontar falsos mitos sobre la alimentación y muchos productos destinados a la población infantil.

Salud Intestinal

En esta sección aprenderemos un poco más sobre la conexión que existe entre nuestro cerebro y el intestino. Además, de aportar consejos sobre cómo mejorar la salud intestinal desde la infancia.

Conecta con tus hij@s en tiempos de Internet

Claves, ideas y recursos para educar en tiempos de Internet. Cómo incorporar lo “digital” al resto de la educación que damos a nuestros hijos, desde su infancia hasta alcanzar la adolescencia. No te imaginas el poder de una madre/padre conectada/o. Se resuelven preguntas del tipo: ¿Es positivo que utilicen tanta tecnología? ¿Cómo hablar de tecnología con ellos? ¿Cómo controlo los tiempos de pantalla de mis hijos? ¿Cómo puedo protegerles de los peligros de Internet? ¿Cómo sé lo que hace mi adolescente en las RRSS?...

Riesgos en Internet: cómo detectarlos y evitarlos desde casa

La digitalización afecta a todos los ámbitos de nuestras vidas y desde edades muy tempranas. Hoy la tecnología puede contribuir de forma positiva al desarrollo integral, tanto personal como profesional. Pero su uso irresponsable entraña muchos riesgos que cada vez son más frecuentes. Las familias debemos estar informados para hacer frente a posibles situaciones de Ciberbullying, Grooming, Sexting, Nomofobia... Se resuelven preguntas del tipo: ¿Cómo puedo saber si mi hij@ está siendo víctima de ciberbullying? Si no puede separarse del móvil ¿puede ser que tenga adicción al móvil o nomofobia? Hasta dónde puede llegar una imagen que tiene en su móvil? ¿Cómo sé si cuida de su privacidad en las redes sociales? ¿Es malo que juegue on-line con gente que no conoce?...

Espiatu supermerkatuan

Elikagaien etiketak ulertzeko jarraibideak ematea eta jakin batzuen alde egiteko gakoak ematea da helburua.

Esaidazu zer jaten duzun

Osasunaren Mundu Erakundearen (OME) arabera, Osasuna gehien kaltetzen duten arriskuen artean sei elikadurarekin erlazionatuta daude zuzenean. Benetan jaten dugun horri buruz ohartarazten saiatuko gara, baita bestelako elikagaiak gure dietan sartzeko beharraz ere. Jatea eta elikatzea ez direlako gauza bera.

Landu zure irizpide propia

Hazkunde eta garapen egokia baldintzatzen duen kanpoko faktore nagusia elikadura dela adierazten duten ebidentzia zientifikoak daude. Elikadura-ohitura osasungarriak bizitzako lehen urteetan bereganatzen ditugu, familiar batez ere, baina eskolan ere. Elikadurari eta haurrentzako produktu askori buruzko mito faltsuak deuseztatu nahi ditugu.

Hesteetako Osasuna

Atal honetan, pixka bat gehiago ikasiko dugu gure garunaren eta hestearen arteko loturari buruz. Gainera, haurtzarotik hesteetako osasuna hobetzeko aholkuak emango ditugu.

Konektatu zure seme-alabekin Internet garaian

Internet garaian heztek gakoak, ideiak eta baliabideak. Nola txertatu “digitala” gure seme-alabei ematen diegun hezkuntzaa ren gainerako zatian, haurtzarotik hasi eta nerabezorora arte. Ez dakizu zenbaterainoko ahalmena duen konektatutako guraso batek. Gisa honetako galderak sortzen dira: Positiboa al da horrenbeste teknologia erabiltzea? Nola hitz egin teknologiaz seme-alabekin? Nola kontrola ditzaket seme-alaben pantailako denborak? Nola babes ditzaket Interneteko arriskuetatik? Nola jakin dezaket zer egiten duen nire seme-alaba nerabeak sare sozialean?...

Interneteko arriskuak: nola detektatu eta saihestu etxetik

Digitalizazioak gure bizitzen esparru guztiei eragiten die eta oso gaztetatik. Gaur egun teknologiak modu positiboan lagundu deg zake garapen integrala lortzen, bai arlo pertsonalean eta bai profesionallean. Baino haren erabilera axolagabeak arrisku asko ditu, gero eta ohikoagoak direnak. Familiak prest egon behar dugu ciberbullying, grooming, sexting edo nomofobiako egoerei aurre egiteko. Gisa honetako galderak sortzen dira: Nola jakin dezaket nire seme-alaba ciberbullyingaren biktima izaten ari dela? Mugikorrem tik urrundu ezin bada, izan al dezake mugikorrarekiko menti dekotasuna edo nomofobia? Noraino hel daiteke mugikorrean duen irudi bat? Nola jakin dezaket sare sozialtan bere irudia zaintzen duen ala ez? Txarra al da ezagutzen ez duen jendearez kin Internetezjokatza?...

Adolescentes y digitales ¿Cómo mejorar nuestra comunicación con el/ella?

La adolescencia es un periodo evolutivo que si no gestionamos de forma positiva puede convertirse en una fase muy difícil para toda la familia. Los cambios propios de esta etapa provocan que los chicos y chicas se muestren reacios a comunicarse con nosotr@s mientras que pasan horas hablando con sus amig@s. Los móviles y las redes sociales ocupan gran parte de su tiempo y su hermetismo nos genera algunas preocupaciones. Conocer los cambios que atraviesan nuestros hijos durante esta etapa nos ayudará a comprenderlos mejor y a reducir los conflictos familiares. Interesarnos, sin juicios ni reproches, por lo que hacen y participar de su vida digital es fundamental para generar nuevos vínculos y así comunicarnos con nuestr@s hij@s de manera efectiva. Se resuelven dudas para mejorar la comunicación: gestión del tiempo de móvil, la realización de tareas escolares, reglas y normas familiares, uso de redes sociales. Fórmulas para que la comunicación familiar provoque que se hagan preguntas y cuyas soluciones partan de ell@s y no las perciban como imposiciones.

Peligros de jugar sin control a videojuegos

El juego es una herramienta valiosísima en el aprendizaje y jugar a videojuegos, con moderación, proporciona beneficios en diferentes ámbitos de la persona. Hoy en día, con los videojuegos en línea, que nunca se interrumpen ni terminan (24 horas/7 días a la semana), nuestros hij@s tienen muchas más dificultades para autorregularse y no caer en el abuso. Madres y padres podemos ayudarles a hacer un uso responsable.

Se resuelven preguntas del tipo: ¿Cómo puedo saber si mi hij@ tiene adicción al Fornite? ¿Qué puedo hacer para controlar su uso? ¿Puede derivar el abuso a los videojuegos en una adicción a las apuestas on-line?...

¿Cuándo darles su primer móvil?

Una de las preguntas que nos hacemos las madres y los padres cada vez con más frecuencia y de difícil respuesta. Con un móvil puede conectarse a internet, crear y gestionar redes sociales, bajarse aplicaciones, tener juegos, películas, música... Es decir, un móvil hoy en día, es una herramienta repleta de posibilidades, y también de distracciones, de peligros y de implicaciones. Se resuelven preguntas del tipo: ¿Qué hago si todos sus amig@s ya tienen? ¿Y si ya se lo ha regalado su padre/tía/abuela...? ¿Cómo puedo controlar su uso? ¿Por qué ya no le vale mi móvil? ¿Si no tiene móvil será el/la raro/rara?...

Nerabeak eta digitalak. Nola Hobetu Harekin dugun komunikazioa?

Nerabezaroa garapen-aldi bat da, eta, modu positiboan kudeatzen ez badugu, oso fase zaila izan daiteke familia osoarentzat. Etapa horretan gertatzen diren aldaketen ondorioz, nerabeek ez dute gurekin hitz egin nahi, baina orduak ematen dituzte lagunekin hizketan. Mugikorrek eta sare sozialek hartzen dute euren denboraren zati handi bat, eta haien hermetismoak kezkak sortzen ditu guregan. Gure seme-alabek etapa horretan izaten dituzten aldaketak ezagutzeak hainek hobeto ulertzen eta familiako liskarrak murritzen lagunduko digu. Egiten duten horretan interesa izatea, epaitu eta gaitzetsi gabe betiere, eta haien bizitza digitalean parte hartzea funtsezkoak dira lotura berriak sortzeko eta gure seme-alabekin modu eraginkorrean komunikatzeko. Zalantzak argituko dira komunikazioa hobetzeko: mugikorren denboraren kudeaketa, etxeko lanak egitea, familiako arauak, sare sozialen erabilera. Formulak, azken finean, familiako komunikazioari esker galderak egin diezazkioten beren buruari eta haeiek beraiek sor ditzaten konponbideak, inposizio direla ulertu gabe.

Bideo-jokoetan kontrolik gabe jokatzearen arriskuak

Joko oso tresna baliotsua da ikaskuntzan eta bideo-jokoetan moderazioz jokatzeak onurak eragiten ditu pertsonaren hainbat esparrutan. Gaur egun, lineako bideo-jokoekin, inoiz eten eta amaitzen ez direnekin (24 ordu/7 egun astean), gure seme-alabek askoz zailago dute autoerregulartea eta gehiegikerian ez erortzea. Gurasoak erabilera arduratsua egiten lagundi diezaiotegu.

Gisa honetako galderak sortzen dira: Nola jakin dezaket nire semeak/alabak Forniterekiko mendekotasuna duen ala ez? Zer egin dezaket haren erabilera kontrolatzeko? Bideo-jokoak gehiegi gi erabiltzetik etor al liteke online apustuekiko mendekotasuna?...

Noiz eman behar zaie lehen mugikorra?

Gurasoak gero eta maizago egiten dugun galdera eta erantzun zailekoa. Mugikor batekin Internetera konekta daiteke, sare sozialak sortu eta kudeatu ditzake, aplikazioak jaitsi, jokoak, fils mak edo musika eduki... Mugikor bat, gaur egun, aukeraz betem tako tresna bat da eta baita arreta-galtze, arrisku eta inplikazioz betetako ere. Gisa honetako galderak sortzen dira: Zer egin lagun guztiak baldin badute? Eta aitak/izebak/amonak... operitu badio? Nola kond trola dezaket bere erabilera? Zergatik ez dio balio nire mugikorrik? Mugikorrik ez badu taldeko arraroa izango al da?...

Herramientas de control parental

Las herramientas de control parental son útiles para reducir riesgos a medida que nuestros/as hijos/as aprenden a desenvolverse en Internet. Desgraciadamente no hay una herramienta perfecta, o buena para todo, pero sí contamos con una gran variedad para cubrir las diferentes necesidades que puede tener cada familia en función del momento en el que se encuentren los menores de la casa. Son apoyos muy valiosos para completar nuestra mediación parental.

Se resuelven dudas del tipo: ¿Qué control parental uso para su móvil, el ordenador, la consola...? ¿Cómo activo las funciones de seguridad de las redes sociales? ¿Puedo controlar y limitar el contenido que ven en la televisión o en la tablet?

Nota: esta charla se puede completar con otra sesión-taller de carácter práctico para la instalación y uso de las herramientas de control parental seleccionadas.

¡Que viene el lobo! Ayudando a nuestros hijos/as a superar sus miedos.

A través de la formación se pretende que los padres/madres:

Comprendan qué es el miedo y qué función desempeña en la vida del ser humano

Adquieran estrategias para ayudar a sus hijos a superar sus miedos.

Sean capaces de detectar señales de alerta que indiquen la necesidad de buscar ayuda profesional.

Guraso-kontrolerako tresnak

Guraso-kontrolerako tresnak baliagarriak dira gure seme-alabek Interneten moldatzen ikasi ahala arriskuak murritzeko. Zoritzarrez, ez dago tresna perfektua, edo edozertarako ona, baina bai dugu aukera ugari familia bakoitzak etxeko adingabeak dauden unearen arabera izan ditzakeen beharrei erantzuteko. Oso lagunza baliotsuak dira gure guraso-bitartekaritza osatzeko.

Honelako zalantzak argituko dira: Zer guraso-kontrol erabiliko dut mugikorrerako, ordenagailurako, kontsolarako...? Nola aktibatuko ditut dira sare sozialen segurtasun-funtzioak? Kontrolatu eta mugatu al dezaket telebistan edo tabletan ikusten duten edukia?

Oharra: hitzaldi hau beste saio/tailer praktiko batekin osa daiteke, hautatutako guraso-kontrolerako tresnak instalar eta erabiltzeko.

Otsoa dator! : Gure seme-alabei beldurrak gainditzen laguntzen.

Prestakuntzaren bitartez lortu nahi dena da gurasoek:

Beldurra zer den eta gizakiaren bizitzan zer funtzio betetzen duen ulertzea

Seme-alabei beldurra gainditzen laguntzeko estrategiak lortzea.

Lagunza profesionala bilatu behar dela adierazten duten aler-ta-seinaleak ikusteko gai izatea.

Educación Infantil

Cómo manejar las rabietas

Comprender por qué se producen, facilitar claves para prevenir.

Cómo gestionarlas.

Posibilidad de participar en euskera durante la charla.

Cómo influimos en la autoestima de nuestros hijos/as

Ver qué es la autoestima y qué aporta a la persona.

Ver cómo se forma y nuestra influencia en su desarrollo.

Facilitar claves para su buen desarrollo.

Posibilidad de participar en euskera durante la charla.

Haur Hezkuntza

Nola maneiatu kasketak

Zergatik gertatzen diren ulertzea, prebenitzeko gakoak ematea.

Nola kudeatu.

Hitzaldian euskaraz parte hartzeko aukera.

Nola eragiten dugun gure seme-alaben autoestimuan

Autoestimua zer den eta pertsonari zer ekarpen egiten dion ikustea.

Nola eratzen den ikustea eta bere garapenean dugun eragini.

Bere garapen onerakogakoak ematea.

Hitzaldian euskaraz parte hartzeko aukera.

Aprender en familia (talleres)

Iniciación en las redes sociales: la importancia de estar para poder supervisar.

Las redes sociales se han convertido en un elemento imprescindible en la vida de nuestros hij@s. Si mejoramos el conocimiento y nuestro manejo, crecerá nuestra confianza en nuestras habilidades digitales, y utilizaremos más las redes con ell@s, hablaremos más sobre temas de su interés y en definitiva se creará un entorno familiar donde lo digital no sea una brecha sino una conexión. A muchos de nosotros nos da pereza conocer redes y aplicaciones en las que ellos sí están o van a estar. No hace falta ser experto pero sí interés en conocer Instagram, TikTok, Snapchat, twitch...

“Trastearemos” las redes para que valores la conveniencia de que tus hij@s las utilicen y pruebas a estar en ellas para poder supervisar su uso correcto y no corran riesgos innecesarios.

Aprenderemos a: crear perfiles, saber qué tipos de publicaciones hay y cómo hacerlas, ajustar la privacidad de las cuentas, buscar y usar imágenes adecuadas, establecer temporizador de usos...

Duración: 1 sesión de 3 horas o 2 sesiones de 1,5 horas.

¿Qué es la Disciplina Positiva? Educar desde el respeto.

Introducirse en la Disciplina Positiva, conocer los principios de una manera de educar sin gritos ni castigos, chantajes ni premios... respetando las necesidades de los niños y adolescentes, así como la de los padres.

Charla con actividades grupales y voluntarias (en función del número de asistentes).

Posibilidad de participar en euskera durante la charla.

Opciones:

Taller introductorio de 2 sesiones.

Taller intensivo de 4 sesiones.

Competencias digitales básicas– Saber ayudarles en sus aprendizajes on-line.

Con el Coronavirus, la tecnología educativa ha cobrado especial importancia debido a la imposibilidad de tener una escuela de forma presencial. Los docentes usan herramientas digitales para fomentar el aprendizaje del alumnado que, si ya eran útiles en el aula física, con las clases online son indispensables. Madres y padres necesitamos adquirir competencias digitales para orientar y acompañar a nuestros hij@s en su actividad escolar.

Aprenderemos el funcionamiento de las herramientas digitales* que usan: organización y almacenamiento (Drive), correo electrónico, mensajería instantánea (Hangouts), aula virtual Clasroom), videoconferencias (Meet), documentos, presentaciones

Familian ikastea (Tailerrak)

Sare sozialako hastapenak: egotearen garrantzia, ikusku ahal izateko.

Sare sozialak ezinbesteko elementu bihurtu dira gure seme-alaben bizitzan. Gure ezagutza eta maneua hobetzen baditugu, trebetasun digitalen dugun konfianza handitu egingo da eta gehiago erabiliko ditugu sareak seme-alabekin batera, gehiago hitz egingo dugu euren intereseko gaiei buruz eta, azken batean, arlo digitala arrakala izan beharrean konexioa izango den familia-ingurunea sortuko da. Gutako askori alfergura ematen digu seme-alabak dauden edo egongo diren sareak edo aplikazioak ezagutzeak. Ez dago aditua izan beharrik baina interesa duzu Instagram, TikTok, Snapchat edo Twitch ezagutzeko... Sareetan “lardasketu” ditugu zure seme-alabek erabilitza komeni den ala ez balioetsi dezazun eta sare horietan egon zaitezen behar bezala erabilizten dituztela eta alferrikako arriskurik ez dutela zaintzeko.

Honako hauak egiten ikasiko dugu: profilak sortzen, zer argitalpen-mota dauden eta nola egin, kontuan pribatutasuna doitzan, irudi egokiak bilatzen eta erabiltzen, erabileren temporizadorea ezartzen....

Iraupena: 3 orduko saio bat edo 1,5 orduko 2 saio.

Zer da diziplina positiboa? Errespetuan oinarrituta heztea

Diziplina positiboa murgiltzea, oihu, zigor, xantaia eta sarik gabe heztekoo moduaren printzipoak ezagutza... haur eta nerabeen premiak errespetatz, eta baita gurasoenak ere.

Hitzaldia taldeko eta borondatzeko jarduerek (bertaratutako pertsona-kopuruaren arabera).

Hitzaldian euskaraz parte hartzeko aukera.

Aukerak:

2 saiotako atariko-tailerra.

4 saiotako tailer trinkoa.

Oinarrizko gaitasun digitalak - Online ikaskuntzan lagunten jakitea

Koronavirusaren ondorioz, teknologiak garrantzi handia hartu du hezkuntzan, ezinezkoa izan baita aurrez aurreko eskolak izatea. Irakasleek tresna digitalak erabiltzen dituzte ikasleen ikaskuntza sustatzeko; gela fisikoan oso baliagarriak ziren eta online eskoletarako ezinbestekoak dira. Gurasoak gaitasun digitalak geureganatu behar ditugu gure seme-alabak eskola-jardueran orientatu eta lagundu ahal izateko. Eskolan erabilen ituztuen tresna hauak nola funtzionatzen duten ikasiko dugu: antolatu eta gorde (Drive), posta elektronikoa, bat-bateko mezularitza (Hangouts), ikasgela birtuala (Classroom), bideokonferentziak (Meet), dokumentuak, aurkezpenak, formularioak,

formularios, búsqueda efectiva de información...

*Nota: este taller se personaliza en función de las herramientas usadas por el centro educativo y las necesidades detectadas por la Apyma.

Cómo acompañar y apoyar el estudio de mi hijo

Aprender a aprender, crear hábitos, desarrollar habilidades, potenciar la memoria, evitar el “posponer”...

El objetivo de este taller es aprender cómo funciona nuestra mente cuando estamos aprendiendo algo nuevo; un idioma, matemáticas, historia, un deporte, cocina, etc. A través de dinámicas sencillas y útiles para todos aprenderemos estrategias para desarrollar hábitos, prácticas y habilidades para un aprendizaje exitoso que podremos aplicar en muchos ámbitos de nuestras vidas.

Higiene digital: Aprendemos en familia a usar la tecnología

El ritmo de la tecnología, identidad digital, redes sociales, usos y abuso de dispositivos, plan familiar de uso de dispositivos...

Somos ya una sociedad digital en la que los dispositivos electrónicos están siempre presentes. No podemos ni queremos prescindir de ellos, pero tenemos que aprender a usarlos sin que invadan por completo nuestras vidas. En este taller veremos el impacto que tienen en nosotros el uso y el abuso para ser capaces de poner límites y hacer un uso responsable y provechoso.

Acompañando en la creatividad del Niño

Qué entendemos por creatividad y para qué queremos cuidarla. En el taller abordaremos el tema de lo creativo a través de un ejercicio plástico. Exploraremos las nociones de modelo, proceso y juego, qué relación tenemos con cada una de ellas y cómo lo vivimos y expresamos. Trabajo individual y en grupo.

Adolescencia y pornografía.

Se pretende abordar el fenómeno de la pornografía y su impacto en la educación sexual en la pre y adolescencia. Sabiendo que la curiosidad es parte saludable del desarrollo, la clave puede estar en acompañar esa curiosidad desde lugares en los que nos sintamos cómodas, naturales y con herramientas. Sabiendo marcar también nuestros límites.

informazioa modu eraginkorrean bilatzea...

* Ocharra: ikastetxeak erabiltzen dituen tresnak eta IGEak antzemandako beharrak kontuan hartuta pertsonalizatuko da tailerra.

Nola lagundu eta babestu nire seme-alabaren ikasa ketak

Ikasten, ohiturak sortzen, trebetasunak garatzen, memoria indartzen, “gauzak gerorako uztea” saihesten ikastea...

Taller honen helburua zerbait berria ikasten ari garenean gure buruak nola funtzionatzen duen ikastea da, esaterako, hizkuntza bat, matematikak, historia, kirol bat edo sukaldaritza ikasten ari garenean. Denontzako dinamika bakun eta baliagarrien bidez, gure bizitzako esparru askotan aplikatu ahal izango ditugun ohiturak, jardunbideak eta trebetasunak garatzeko estrategiak ikasiko ditugu.

Higiene digitala: Teknologia erabiltzen ikasiko dugu familiaran

Teknologiaren erritmoa, nortasun digitala, sare sozialak, gailuen erabilera eta abusua, gailuak erabiltzeko familia-plana...

Gizarte digitala gara eta gizarte horretan beti daude presente gailu elektronikoak. Ezin ditugu alde batera utzi eta ez ditugu alde batera utzi nahi, baina gure bizitzak guztiz inbaditu gabe erabiltzen ikasi behar dugu. Taller honetan ikusiko dugu nolako inpaktu duten gugan erabilera eta abusuak, mugak jartzeko eta erabilera arduratsua eta onuragarria egiteko gai izan gaitezen.

Umearen sormenean lagunduz

Zer ulertzen dugun sormenaz eta zertarako zaindu nahi dugun. Tallerrean arlo sortzailea landuko dugu ariketa plastiko baten bitartez. Ereduaren, prozesuaren eta jokoaren kontzeptuak, horietako bakoitzarekin dugun erlazioa eta nola bizi eta adierazten dugun miatuko dugu. Banakako eta taldeko lana.

Nerabezaroa eta pornografía.

Pornografiaren fenomenoa eta horrek nerabezaroan eta aurrenerabezaroan sexu-hezkuntzan duen eragina aztertu nahi dira. Jakin-mina garapenaren zati osasungarria dela jakinda, gakoa izan daiteke jakin-min horri erosu, natural eta tresnadun sentitzen garen lekuetatik akonpainamendua egitea. Gure mugak ere ezartzen jakinda.

Curiosexando: Acompañando, también desde la educación sexual

Se plantea una formación dirigida a:

- Madres y padres de niños y niñas hasta 6 años donde se realizará una aproximación a las necesidades que se pueden ir dando en esta etapa y movilizar reflexiones y claves que nos ayuden a pensar cómo queremos hacerlo.
- Madres y padres de niños y niñas de 6 a 12 años. En esta etapa es un momento oportuno para comenzar a hablar del cuerpo como un espacio propio, de la intimidad, además de normalizar experiencias como la masturbación, la excitación, la respuesta a preguntas explícitas, etc.

Objetivos:

Mover ideas para conocer qué mirada acompaña en la educación sexual.

Dotar de herramientas que faciliten el acompañamiento cómo personas referentes.

Buscar las potencialidades que tiene acompañar desde la educación sexual a nuestros hijos e hijas.

Kuxkusexatzen. Akonpainamendua ematen, sexu-hezkuntzatik ere.

Proposatutako prestakuntzak hauek ditu hartzale:

- 6 urte bitarteko haurren gurasoak. Etapa horretan sor daitezkeen beharretara hurbilduko dira, eta nola egin nahi dugun pentsatzen lagunduko diguten hausnarketak eta gakoak landuko dituzte.

- 6 eta 12 urte bitarteko haurren gurasoak. Etapa hori une ego-kia da gorputzaz espazio propio gisa, intimitateaz hitz egiten hasteko, hainbat esperientzia, hala nola masturbazioa, kitzikidura eta galdera esplizituei erantzutea, normalizatzearaz gain.

Helburuak:

Ideiak mugitzea, sexu-heziketan zer begiradak akonpainatzen duen jakiteko.

Gure akonpainamendua pertsona erreferente gisa erraztuko duten tresnak ematea.

Gure seme-alabei sexu-hezkuntzatik akonpainamendua egiteak dituen potentzialtasunak bilatzea.

Trámites a seguir para solicitar formación a la Federación Herriko-CEAPA.

Toda petición de formación a la Federación HERRIKOA ha de solicitarse, a la misma, mediante el correo electrónico herriko@herriko.org.

Se precisa pantalla y cañón para el ordenador o pizarra digital.

Lugar: Las sesiones se realizarán en los locales de la APYMA o donde ésta indique. Posibilidad de formación online.

Fecha: Se concretarán por orden de petición.

APYMAS FEDERADAS:

Cada APYMA federada podrá solicitar 2 sesiones gratuitas del programa de formación.

Será necesario asegurar un mínimo de 8 participantes. La Apyma que no lo asegure, deberá comunicar a la Federación, con suficiente antelación, para anular la sesión, de lo contrario se cargarán a la Apyma los gastos ocasionados.

Si desean recibir más sesiones deberán abonar por sesión 80€.

Para optimizar recursos se podrá acudir a las sesiones desde otras APYMAS.

Las sesiones de participación, como funcionamiento de Juntas, Consejos Escolares o relaciones escuela-familia, no computará como sesión y serán organizadas por zonas.

APYMAS NO FEDERADAS, DIRECCIONES DE CENTROS Y OTRAS ENTIDADES:

Si se solicita formación del programa sin estar federados, desde algún Departamento Docente, desde las direcciones de los centros escolares, Formación de alumnado o desde otras entidades, el coste será de 130€ por sesión + gastos de viaje si los hubiera.

Herriko-CEAPA federazioari prestakuntza eskatzeko jarraitu beharreko pausuak

HERRIKOA Federazioari egin nahi zaion prestakuntza-eskaera oro posta elektroniko honen bidez egin behar zaio: herriko@herriko.org.

Pantaila eta kanoia behar dira ordenagailurako edo arbel digitala.

Lekua: Guraso elkartearren lokaletan eginen dira saioak, edo horrek adierazitako lekuan. Online formakuntza egiteko aukera.

Data: Eskarien hurrenkeraren arabera zehaztuko dira.

FEDERATUTAKO GURASO ELKARTEAK:

Federatutako Guraso Elkarte bakoitzak, gehienez, prestakuntzako programaren 2 saio doan.

Gutxienez, beharrezkoa da 8 parte-hartziale biltzea. Kopuru hori ziurtatzen ez duen Guraso Elkarteak Federazioari jakinarazi beharko dio, aurrerapen nahikoaz, saioa bertan behera uzteko; testela, Guraso Elkarteak ordainduko ditu sortutako gastuak.

Saio gehiago jaso nahi izanez gero, 80€.

Baliabideak optimizatze aldera, saioetara etor daiteke beste Guraso Elkarte batzuetatik.

Parte hartzeko saioak, esaterako Biltzarren funtzionamendua, Eskola Kontseiluak edo eskola-familia harremanak prestakuntzakoak ez dira saio gisa zenbatuko, eta eremuen arabera antolatuko dira.

FEDERATUTA EZ DAUDEN GURASO ELKARTEAK, ZENTRO ZUZENDARITZAK ETA BESTELAKO ENTITATEAK:

Federatuta egon gabe eskatzen bada programaren prestakuntza, irakaskuntza-atalen batetik, ikastetxeetako zuzendaritzetik, Ikasleen prestakuntzatik edo beste entitate batzuetatik, kostua 130€ izango da saioko + bidaia-gastuak, egongo balira.