

Ayude a su hijo(a) a tener éxito en el primer año de escuela

Como padre/madre/cuidador, usted quiere que el primer año de escuela de su hijo(a) sea un éxito. Se preguntará, ¿cómo preparo a mi hijo(a) para la vida educativa?

Aquí hay algunos consejos importantes para iniciar a su hijo(a) en el camino correcto:

1. Desarrolle una rutina para la escuela.

Estudios demuestran que los niños se benefician de las rutinas y de lo predecible. Cree una rutina para la mañana y la noche junto con su hijo(a).

Aquí hay algunos ejemplos:

Noche: establezca horarios específicos para el baño, la cena, las tareas y el tiempo de descanso. Ahorre tiempo en la mañana eligiendo la ropa para el día siguiente.

Mañana: establezca horarios específicos para despertarse, lavarse los dientes, bañarse, vestirse, desayunar e ir a la escuela.

Siga las rutinas y no haga ningún cambio. La consistencia es muy importante en la vida de un niño.

2. Hable con su hijo(a) sobre comenzar la escuela.

Muchos niños están emocionados de comenzar la escuela, mientras que otros tienen dudas y preocupaciones. Dígale a su hijo(a) que usted está abierto a hablar sobre sus experiencias, buenas o malas. Explore las formas en que pueden hacerle frente a las preocupaciones. Si hay necesidad de más apoyo, hable con el maestro de su hijo(a) y consiga el apoyo que necesita.

3. Tenga controles frecuentes.

Hágale a su hijo(a) preguntas abiertas sobre cómo estuvo su día. Evite las preguntas de sí y no. Pregunte cuáles fueron sus altas y sus bajas; es decir, la mejor parte de su día y su parte menos favorita en la escuela.

4. Participe.

Asista a las actividades escolares siempre que sea posible (noche de regreso a la escuela, conferencias de padres y maestros, café con el director) para comprender mejor las expectativas de la escuela. Si tiene tiempo, vuélvase voluntario.

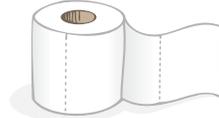
Rutina de la mañana: corte y reorganice para personalizar



Lavarse los dientes



Bañarse



Usar el baño



Despertarse



Calcetines y zapatos



Vestirse



Hacer la cama



Arreglarse el pelo



Salir para la escuela



Mochila lista



Almuerzo listo



Desayuno

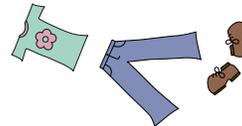
Rutina de la noche: corte y reorganice para personalizar



Lavarse los dientes



Bañarse



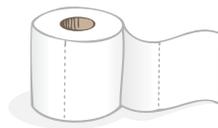
Preparar la ropa de la escuela



Revisar tareas



Tomar agua



Usar el baño



Hora de la pijama



Poner una canción para calmarse



Dulces sueños



Hora de un cuento



Ponerse cómodo



Agarrar su peluche