

Boletín del Rincón de Consejería Escolar del Maestro Duarte Grace Hudson Language Academy Consejero Escolar

Abril 2020



Crianza Efectiva Mientras se Aprende a Distancia

La pandemia actual del Covid-19 nos ha traído algunos desafíos a todos y estamos aprendiendo a hacer cosas diferentes a las que estamos acostumbrados. La participación de los padres y la familia siempre ha sido una parte esencial del éxito de los estudiantes en la escuela y será esencial al comenzar el año escolar



2020-2021 en un formato de aprendizaje a distancia. La transición a la educación a distancia traerá algunos desafíos para todos nosotros. Nuestra escuela ha trabajado arduamente para implementar el mejor plan, siguiendo las pautas estatales, para asegurarse de que nuestros estudiantes obtengan la mejor educación posible a medida que atravesamos estos tiempos sin precedentes. Sin embargo, hay algunas cosas que los padres pueden hacer para ayudar a aliviar algunos de los retos que el aprendizaje a distancia nos trae a todos.

Rutinas Importantes que Funcionan

Mantener un Horario Diario

En general, funcionan mejor cuando hay un patrón familiar cada día. Use elementos visuales para ayudarle a establecer esas rutinas y hágalo un hábito. Una buena herramienta es el Horario Diario en nuestra página web Grace Hudson Language Academy bajo Estrategias del Consejero Escolar.

Establezca una Rutina Constante para Acostarse

El dormir es una parte esencial de la rutina de todos y una parte indispensable de un estilo de vida saludable. Los estudios han demostrado que los niños que regularmente duermen lo suficiente han mejorado la atención, el comportamiento, el aprendizaje, la memoria y la salud mental y física en general.

Hay algunas cosas que puede hacer para asegurarse de que su hijo/a duerma bien por la noche.

- Detenga el uso de dispositivos electrónicos/pantallas al menos una hora antes de acostarse
- Limite el consumo de cafeína y azúcar.
- Un baño tibio
- Haga una actividad familiar tranquila, como leer un libro corto
- Si su hijo se despierta durante la noche, llévelo a su habitación con la menor conmoción posible.
- Establezca una hora para despertarse

Tiempo Familiar

Es muy importante que, como padres, hagamos tiempo para nuestra familia y la hagamos parte de nuestra rutina diaria.

Razones para hacer tiempo para tu familia

- Los niños se sienten importantes, amados y seguros.
- Él o ella tiene la oportunidad de modelar el comportamiento de los padres.
- Los padres pueden observar y aprender sobre las fortalezas y debilidades del niño para guiarlos mejor.
- Los niños tienen la oportunidad de expresar sus pensamientos y sentimientos.
- Padres e hijos desarrollan un vínculo más fuerte.

Formas de relacionarse con su hijo/a

- Hora de la comida familiar - Durante la comida, los niños y adolescentes pueden ser alentados a hablar sobre cómo va su día, lo que está en su mente, y no necesariamente los temas habituales, como el trabajo escolar.
- Tarea - Si los padres pueden pasar tiempo positivo con sus hijos sin conflictos, esta puede ser una buena experiencia de vinculación donde el trabajo escolar en sí es solo un medio para el fin.
- Pasatiempos como dibujar, manualidades, escribir en un diario son un excelente forraje para la conversación.
- Juegos de mesa y cartas permiten a la familia para relajarse y disfrutar de la compañía del otro y llevar la risa continuamente.
- Leerles e involucrar al niño en una discusión sobre el libro.