

Los mejores consejos para un exitoso regreso a clases

La
Lonchera
de Mi
Hijo



La **vuelta a clases** no es para nada sencilla,
y si no nos organizamos a tiempo,
puede convertirse en un caos.

Es muy importante que la familia entera se vaya
preparando, no solo con la compra de útiles
escolares sino también con ideas para los
desayunos y almuerzos escolares.



1º) Lo primero, para que puedas organizarte y tener a tiempo todo lo que se necesita para el comienzo de clases, es fundamental definir cuáles son tus pendientes: compra de útiles, forrar e identificar los útiles y material escolar, revisar los horarios, almuerzos, transporte,... la lista puede ser muy, muy larga...

Escribe una lista para ir tachando todas las tareas realizadas.



2º) Una buena forma de ir preparando a los niños es ir toda la familia de compras por los útiles y materiales pendientes.

Hacerlo juntos puede ser una distracción linda para compartir en familia y una gran oportunidad para hablar sobre la vuelta a clases a los niños, darles consejos y prepararlos para que tengan un buen inicio.



3º) Para algunos niños, el **primer día de clases** puede ser causa de estrés y nervios. De allí, la gran importancia que tanto los padres como los maestros seamos accesibles y los acompañemos para que se sientan confiados, relajados y felices.



4º) Antes de **comenzar las clases** es bueno que tu hijo se reúna con algunos compañeros, con sus amigos del colegio. De esa forma, se va a integrar mejor y va a perderle el miedo al regreso a clases.

Organiza meriendas en casa o salidas al parque que pueda hacer con sus amigos.



5º) Como mamás y papás, tenemos una gran influencia sobre nuestros hijos y es importante que les transmitamos pensamientos positivos.

Debes animarlo y prepararlo para que vea el **regreso a clases**, como una posibilidad de juntarse con antiguos compañeros, hacer más amigos y aprender cosas nuevas.



6º) Es muy importante que puedas estar comunicado con otros padres y representantes de compañeros de tu hijo. Contáctate en la primera reunión con ellos e intercambien sus números telefónicos.



7º) Es importante que los niños descansen bien durante la noche, sobre todo antes del primer día de escuela.

Intenta que mantengan una alimentación y ocho horas de sueño para que estén con energía y ánimos de aprender.

En lo posible, evita que miren la televisión, usen la computadora o el celular hasta altas horas de la noche.



8º) Arma con tus hijos el calendario de sus clases y actividades, utiliza toda su imaginación y la tuya para lograr un gran trabajo final. Recuerda que les será útil todo el año escolar.

Un calendario ayuda a los niños a organizarse con los deberes y las fechas de las pruebas.

Cumplir con las tareas a tiempo, hará que el día a día, les sea más fácil, durante todo el año.



9º) Es bueno que los padres incentiven a sus niños a realizar **actividades extracurriculares**, tales como deportes, música, teatro, entre muchos otros.

Es una gran oportunidad para que se interesen por diferentes cosas, desarrollen diferentes habilidades, conozcan nuevas personas y vayan formando su personalidad e identidad.



10º) Establece junto a tu hijo, metas y objetivos a cumplir en este nuevo año escolar.

Habla con el sobre las cosas que les gustaría lograr durante el este año escolar (entender mejor la matemática, hacer experimentos de ciencias, etc.).

Conversar diario, es una manera de explorar juntos sus deseos y sentimientos. Guiándolo a la mejor resolución de posibles problemas.



Pon en práctica estos consejos, prepárate
y organiza las tareas en familia.

¡A disfrutar de un formidable
año escolar 2019 - 2020!

Siempre de la mano de:

<https://www.laloncherademihijo.org/>

