

Cuatro consejos para planificar el día de su hijo/a

1

Hacer un espacio tranquilo

Dé a los niños espacio para trabajar sin distracciones. Apaguen sus teléfonos, videojuegos, el televisor y cualquier otro dispositivo que no necesiten para terminar su trabajo escolar.

2

Haga un horario para cada día de la semana y mantengan el plan.

A los niños les va bien en la escuela cuando saben lo que se espera. Los maestros tienen su horario de aprendizaje establecido, porque eso les ayudará. Este es un ejemplo de un horario que podría seguir:

Lunes - Viernes	
7:30 - 8:00am	Despierta, cepillarte los dientes, cambiarse las pijamas.
8:00 - 9:00am	Preparar desayuno y desayunar juntos, prepararse para hacer las asignaciones.
9:00 - 12:00pm	Trabajo escolar por el internet.
12:00 - 12:30pm	Preparar almuerzo y almorzar juntos
12:30 - 1:00pm	¡Haz algo divertido! ¡Baila, dibuja, colorea o algo más! Consulte la página de cuidado personal para obtener ideas.
1:00 - 3:00pm	Trabajo escolar por el internet/Trabajo independiente
2:00 - 3:00pm	¡Haz algo divertido, involucra a toda la familia!

3

Comience con el horario que el maestro/a ha creado y agregue cosas que funcionen para su familia

Por ejemplo, deja que sus hijo/a tome un receso de cinco minutos durante todo el día. Esto ayudará si sabes que su hijo/a tienen problemas con mantenerse enfocado. Pídeles que hagan las tareas y ayuden en la casa después de que termine su día escolar.

4

Deje que su hijo/a le ayude a crear el horario también

En este momento, pueden sentirse preocupados porque muchas cosas se sienten diferentes. Dejar que ellos sean parte de hacer el plan para su día puede hacerles sentir incluidos.