

Consejos para los Padres Sobre el Regreso a Clases

- Empiece desde AHORA a preparar a los niños. Ha sido un verano largo y probablemente su hijo ha tenido un horario flexible. Poco a poco vaya asignando cada día una hora más temprana de acostarse y de despertarse para que el regreso a la rutina sea más fácil para su hijo.
- Mantenga una rutina consistente todas las noches: cena, tareas, quizá un rato para ver la tele o usar los medios electrónicos, lectura y luego a la cama. Busque oportunidades durante la cena o al hacer los recados para platicar con su hijo sobre sus experiencias con otros alumnos, preguntando por ejemplo: ¿Con quién almuerzas? o ¿Con quién juegas durante el recreo? Si surge algún asunto relacionado al acoso escolar, sugiera a su hijo que avise cuanto antes a un adulto en la escuela –ya sea la persona encargada de supervisar el patio de recreo, un maestro o alguien de la oficina principal.
- Sea puntual todos los días e inculque este hábito en sus hijos.
- Comuníquese con los maestros y el personal escolar lo más a menudo posible (ya sea por teléfono, mensaje de texto o por correo electrónico).
- Lleve a su hijo consigo a comprar comidas saludables que realmente comerá su hijo en la escuela.
- Revise las listas de útiles escolares y termine las últimas compras. Las ofertas se acaban y tras el comienzo de la escuela, quizá sea más difícil encontrar lo necesario.
- Averigüe en su escuela si ofrecerán alguna actividad para celebrar el regreso a clases, como por ejemplo fiestas de paletas heladas o barbacoas. ¡Si no hay, pida que se haga alguna!
- Lleve a su hijo al médico y asegúrese de que él o ella tenga cobertura de seguro médico. Es una buena idea llevar a su hijo a que le hagan un examen físico y un examen de la vista antes de que empiece la escuela. La mayoría de las escuelas exigen que los estudiantes estén al día con sus vacunas y posiblemente se le pedirá que proporcione documentación mostrando que su hijo tenga todas las vacunas y dosis necesarias.
- ¿Puede usted comunicarse con el maestro de su hijo por correo electrónico, teléfono o personalmente? En tal caso, podría escribirle una nota presentándose y dando al maestro la bienvenida de nuevo a la escuela. Pregúntele qué materiales escolares podría usted proporcionar para la clase, como pañuelos, gel antiséptico para las manos, etc.
- Lleve a su hijo/a antes del primer día escolar, al patio de recreo de la escuela. Quizá pueda conocer a otros niños y familiarizarse con los juegos infantiles (columpios, toboganes, etc.).

- Asegure usted que tenga un plan de transporte. BPS ofrece a muchos estudiantes la posibilidad de “optar por no recibir” el servicio de bus escolar a cambio de un pase de MBTA. Practique con su hijo viajar en buses y en tren.
- Matricule a su hijo en programas para antes y después de clases. Comuníquese con la escuela de su hijo para determinar cuáles son los programas basados en esa escuela. Tales programas suelen llenarse rápidamente.
- Empiece a desenganchar a su hijo de los aparatos electrónicos. Si ha estado usando la computadora por cuatro horas diarias durante el verano, vaya reduciendo ese tiempo a tres horas, luego dos, etc.
- Verifique la política de uniforme de su escuela. ¿Cambian los colores en la escuela intermedia? Muchas tiendas ofrecen rebajas de uniformes escolares en estos días.
- Durante los primeros días, proporcione a la escuela los datos actuales de los contactos de emergencia de su hijo. No postergue el firmar y regresar cualquier formulario importante.
- Lean Juntos. Prometa leer con su hijo durante 20 minutos todos los días. Su ejemplo refuerza la importancia de la alfabetización, y la lectura le permite a usted y su hijo explorar juntos nuevos mundos, llenos de diversión y aventura.

Consejos para los Padres de Niños con Necesidades Especiales sobre el Regreso a Clases (extraído de “Reading Rockets”)

- Organice toda la documentación: en el mundo de la educación especial, hay muchas reuniones y mucha documentación que controlar. Trate de mantener un calendario familiar de los eventos escolares, las reuniones de educación especial, las conferencias, etc.
- Empiece un registro de comunicaciones: es fundamental mantener un registro de toda llamada telefónica, correo electrónico, nota enviada a su casa, reunión y conferencia. Haga su propio "registro de comunicaciones," usando un cuaderno que puede tener siempre a mano.
- Revise el Plan Educativo Individualizado (IEP, por sus siglas en inglés) actual de su hijo: el IEP es el pilar del programa educacional de su hijo, por lo cual es esencial que usted lo comprenda claramente.
- Alivie a los nervios del primer día de clases: ¡simplemente el hablar sobre este próximo año escolar y los cambios, puede ayudar a reducir parte de esa ansiedad sobre el regreso a clases! Hable con su hijo sobre las nuevas clases emocionantes, las actividades y los eventos en que pueda participar durante el nuevo año escolar. Si su hijo va a asistir a una nueva escuela, trate de programar una visita antes del primer día. Con estudiantes mayores, a veces ayuda explicarles los servicios y las acomodaciones otorgados por su IEP para que entre en el nuevo año escolar con las expectativas adecuadas.

- Mantenga a todos informados: es importante que haya una rutina cuando empiecen las clases. Hasta puede empezar ya a practicar su nuevo horario, enfocándose en las rutinas de la mañana y de la tarde, y empezando a implementarlas mucho antes del primer día de clases.