

Vista Academy

-Mrs. Priscilla Huante, MS, PPS/MFT

LLEVANDO A SU HIJO/A A LA ESCUELA

¿Su hijo le da dificultades para venir a la escuela? ¿Su hijo dice: "No quiero ir a la escuela" o tardo mucho en estar listo por la mañana? Es un problema común. Aquí hay algunos consejos para ayudar a frenar el mal hábito antes de que se convierta en una preocupación seria.

1. Primero, asegúrese de entender el **Importancia** de que su hijo esté en la escuela **A tiempo** todos los días. Incluso un par de tardanzas **agregar**. Diga que su hijo está a sólo **10 minutos Tarde** cada día escolar. No es un gran problema ¿verdad? Bueno, eso suma hasta **1.750 minutos = casi 30 horas** de escuela faltadas en un año! **ES DECIR ¡UN GRAN PROBLEMA!**
2. Determinar las barreras de la escuela o del hogar **Que están impidiendo** que su hijo venga a la escuela. ¿Están preparados? ¿Se conectan con su maestro? ¿Se sienten seguros en la escuela? ¿Tienen una rutina para acostarse y mañana en casa? Una vez que se eliminan las barreras simples, haga que sea una prioridad **llegar a la escuela a tiempo**. ¡No haga ni acepte ninguna excusa!
3. Las rutinas son **CLAVE**. La hora de acostarse debe ser **Consistente** para asegurar suficiente descanso. La mayoría de los niños en edad escolar primaria y secundaria necesitan entre **8-10 horas** de sueño. Los adultos deben **fijar la hora de acostarse**.

4. Desarrolle una rutina matutina que funcione. Si Usted o su hijo constantemente se apresura a Salir por la puerta, todo el mundo necesita levantarse **Al menos 15 minutos** antes. Correr no es un Buena manera de comenzar el día.



Estar a tiempo no es solo una habilidad importante en la escuela. Es una habilidad para la vida.

Si su hijo continúa dándole dificultades para venir a la escuela, trate de usar consecuencias lógicas para ayudarles a cambiar su propio comportamiento y aprender la responsabilidad. Aquí hay algunos ejemplos para tratar problemas frecuentes:

- ✚ *Su hijo es muy listo y pelea cada mañana.* Implemente inmediatamente una hora de acostarse antes de al menos 30 minutos. Explique a su hijo que su comportamiento demuestra que necesitan dormir más. Cuando pueden mostrar un mejor comportamiento en la mañana de manera consistente, pueden ganar de nuevo una hora de acostarse más tarde poco a poco.
- ✚ *Su hijo se niega a prepararse.* Traerlos a la escuela en pijama. Empaque una bolsa con su ropa para cambiar a la escuela cuando estén listos para ser un estudiante.
- ✚ *A su hijo no le importa si llega tarde.* Tome los privilegios para el día (es decir, teléfono celular, x-box / videojuegos y / o TV). Yo garantizo que tendrán tarea y tareas de la casa para completar. Recuerde, usted es el padre. 😊