

30 de abril de 2020

Información actualizada del Director de Servicios de Alumnos

¡Estimados Padres y Miembros de la Comunidad,

Espero que esta carta les encuentre seguros y con salud durante estos tiempos difíciles. Este mensaje le proporciona algunas estrategias a usar con sus hijos para fomentar un entorno familiar positivo y productivo durante esta época de cierre escolar. Como padres, nos encontramos en la posición de compaginar múltiples responsabilidades mientras necesitamos apoyar a nuestros hijos. Por tanto, hemos tomado las siguientes estrategias de la página web de Los Servicios de Neuropsicología y Educación para Niños (NESCA) (<https://nescanewton.com/making-the-most-of-covid-19-school-closures/>), un consultorio de neuropsicología y tratamientos integrados del noreste de Estados Unidos. NESCA está recomendada por el Centro Nacional de Superación Sistémica y por el Departamento de Educación del Estado de Nueva York. Las siguientes estrategias están diseñadas para reducir la ansiedad y promover un entorno familiar positivo.

- **Mantener Rutinas** – Los niños responden positivamente a las rutinas. Considere mantener rutinas regulares para la mañana y para la hora de dormir. Si es necesario, un horario de planificación diaria puede ayudar. Esto ayuda a que los niños se sientan tranquilos y tengan una sensación de estructura, confort y familiaridad con su día. Como ejemplo, mantenga la misma hora del desayuno cada día para reproducir los hábitos del horario escolar de los niños.
- **Mantenga Comunicación con los Maestros** – En este punto, los alumnos y padres están acostumbrados a comprobar las páginas web de los maestros, llevar un seguimiento del trabajo de clase y comunicarse con el maestro. Este semana tendrán efecto las citas concertadas por maestros, trabajadores sociales, psicólogos y proveedores de servicios de educación especial para llamar a casa a los alumnos. Le ruego de que se asegure de comprobar sus mensajes de voz y correos electrónicos para las horas de cita. Los proveedores de servicio relacionados se relacionan regularmente en prácticas a distancia como se especifica en cada IEP. También debe asegurarse de guardar las passwords de los sitios de aprendizaje a distancia que se usan en la escuela (iReady, IXL.com, ThinkCentral, MyON, etc.) en un lugar conveniente y apunte las direcciones web junto a la computadora o guárdelas en sus marcadores del navegador de internet. Si es posible, proporcione acceso a sus hijos a libros de lectura de niveles fácil y educativo en una localización específica, como una estantería o cerca de un lugar silencioso para la lectura. Si los libros son digitales, pueden ser guardados en los marcadores del sitio web o del dispositivo usado para leerlos. Los maestros suelen incluir tal información como recursos adicionales o de enriquecimiento en sus páginas web. Si surge alguna cuestión en relación con el trabajo de clase, no dude en mandar un email al maestro con “Virtual Hand Raise” en el asunto. Además, las agendas de los maestros incluyen ahora períodos designados entre las 8:00 AM y las 3:00 PM definidas como Aprendizaje Asistido (para que ellos puedan responder a través de emails y llamadas de teléfono); También se incluyen sesiones de Google Meet y Sunshine Calls a alumnos.
- **Receso/Descanso** – Una vez más, las rutinas son útiles e importantes. Incluso cuando el hogar se considera un lugar de relajación y diversión, estamos en medio de dificultades

obvias. Programar un receso o tiempo de juego/descanso puede ayudar a los niños a sentir una rutina más completa. Un día típico en la escuela elemental fluctúa entre tiempo dedicado al aprendizaje, la reflexión y el movimiento físico. En una estancia prolongada en casa, puede ayudar a paliar esas necesidades. Los niños necesitan una oportunidad para moverse y relajarse. Si están en el exterior puede encontrar útil montar bicicletas, pasear o sacar los patinetes. Naturalmente, debemos ser cuidadosos con las prácticas de seguridad como llevar máscaras y mantener la distancia social así como lavarnos las manos después de la actividad. (Son buenos hábitos a desarrollar ahora ya que los alumnos los seguirán practicando cuando vuelvan a la escuela).

- **Utilice las pantallas inteligentemente** – Sin duda, muchos de nosotros estamos trabajando desde casa y tenemos que completar listas de tareas con estrés añadido. En casa, ver películas y nuestros programas de televisión favoritos puede ser algo que inevitablemente, todos hacemos. Puede querer incluir opciones basadas en pantalla más educativas como parte del día de su hijo, recursos como National Geographic Kids, PBS KIDS.org, ScienceDaily.com, educationworld.com, TIME For Kids, Smithsonian Tween Tribune. Son sólo algunos ejemplos que proporcionan más contenido académico, incluyendo Estudios Sociales, Ciencia, Eventos Actuales y más. Commonsensemedia.org es también un gran recurso para encontrar opciones apropiadas.
- **Manténganse activos** – Mientras están en casa, hay maneras creativas de asegurarse de que sus hijos encuentran tiempo para movimientos motores generales. Considere opciones como GoNoodle.com, Cosmickids.com, y Gaia.com para movimientos de todo el cuerpo y vídeos de yoga. Si busca opciones no basadas en vídeo, considere construir un fuerte de almohadas, jugar a evitar que globos toquen el suelo, actividades de bailes o disponer un circuito de obstáculos en casa.
- **Anime a aprender habilidades domésticas** – Aunque pueda parecer difícil de encajar, cuando sea posible, considere dedicar tiempo a enseñar algunas habilidades domésticas como ayudar con la colada, seguir una receta para cenar juntos, poner la mesa, preparar un picnic familiar en el jardín o limpieza y organización. Todas estas experiencias ayudan a un niño a desarrollar habilidades independientes necesarias más tarde en la vida.
- **Refuerce funciones ejecutivas** – Incluye habilidades como resolución de problemas, gestión de tiempo, fijación de metas y organización. Proporcione actividades de clasificación, haga que el niño cree su propia agenda, se fije una meta diaria, practique decir la hora o disfrute juegos de resolución de problemas como Heads-up, Charades o Guess Who. Tales actividades promocionan el desarrollo de hábitos positivos y productivos y acaban contribuyendo a reducir estrés y disminuir la ansiedad.

Tengo la sincera esperanza de que encuentre útil la información anterior. Esperamos continuar la comunicación y colaboración entre padres, maestros y personal de apoyo. Si necesita ayuda, le ruego no dude en contactar al trabajador social de la escuela, consejero de orientación o psicólogo escolar. Por favor manténgase al día de anuncios importantes en la página web del Distrito y de las tareas educativas a través de las páginas web de los maestros. Como siempre, pueden contactarme en el 516-434-2620. Devolveré su llamada. Gracias y cuídese durante estos tiempos difíciles.

Sinceramente,

Jacob Russum
Director de Servicios de Personal de Alumno
Island Park UFSD