

Presentarse para el Éxito: Consejos para la Asistencia

Los niños pequeños que faltan a la escuela con frecuencia se pierden de las amistades, las actividades de aprendizaje y las experiencias compartidas necesarias para tener un sentido de pertenencia y éxito. Los estudios científicos muestran que faltar solo un par de días a la escuela cada dos semanas puede agregar estrés y dificultar que un niño(a) aprenda y desarrolle las habilidades para tener éxito en la clase. Desafortunadamente, 1 de cada 10 niños falta más de un mes a la escuela cada año.

Si su hijo(a) tiene problemas crónicos de asistencia, pueden usar estos consejos para desarrollar buenos hábitos de asistencia:

Establecer una hora regular para acostarse temprano y establecer rutinas para la hora de acostarse ayudará a brindar a su hijo el descanso necesario para abordar cada día listo para el éxito.

Las rutinas a la hora de acostarse pueden incluir baños, cepillarse los dientes, leer un libro y deben dejar suficiente tiempo para que los niños se preparen para ir a la cama.

Leer con los niños o poner música suave antes de acostarse tranquiliza a los niños permitiéndoles conciliar el sueño más fácilmente. Se sugiere que los niños eviten el uso de dispositivos electrónicos antes de acostarse.

Establecer rutinas matutinas. Las familias deben programar sus despertadores a la misma hora todos los días para permitir el tiempo adecuado para completar las rutinas matutinas y reducir el estrés innecesario.

Dejar tiempo para lo inesperado. Tengan lista la ropa, el almuerzo y las mochilas la noche anterior, y levántense con tiempo suficiente para llegar a la escuela.

Si necesitan ayuda para dejar o recoger a su hijo, pídanle ayuda a familiares, vecinos u otros padres. Asegúrense de consultar la norma de seguridad de la escuela con anticipación.

Si los dolores de estómago o de cabeza frecuentes impiden que su hijo asista a la escuela, la causa podría ser el estrés o el conflicto. Si su hijo parece nervioso por ir a la escuela, hablen con un maestro o un consejero para que les aconseje cómo hacer que se sienta cómodo.

Pidan ayuda cuando la necesiten. El personal de la escuela, los proveedores de programas extracurriculares, otras familias o agencias comunitarias están allí para ayudarlo y abordar los obstáculos para asistir a la escuela.