



Chinook Elementary School



DÉJATE ATRAPAR LEYENDO EL MES

El mes de Mayo es el **Mes de la Lectura Atrapada**, una campaña para recordar a las personas de todas las edades lo divertido que es leer. No hay mejor momento para sumergirse en todos sus libros favoritos en casa y comenzar a desarrollar algunos hábitos de lectura positivos con sus hijos. A continuación, te explicamos cómo puedes entrar al espíritu de Get Caught Reading Month! de la lectura y comienza difundiendo los placeres de la lectura en casa.

Actividades para hacer en casa Tener tiempo 'QUERIDO' en casa

Las reglas de DEAR, o 'Drop Everything and Read', son simples: durante el tiempo de DEAR, todos en la casa deben dejar inmediatamente lo que están haciendo y leer. Planifique su tiempo QUERIDO con anticipación, pero recuerde guardarlo para usted mismo para crear una sensación de emoción y espontaneidad, similar a anunciar un regalo especial.

'Atrape' a tu hijo leyendo tomando fotos

Ármate con una cámara o un teléfono inteligente y prepárate para tomar fotos de tus hijos enterrados en un buen libro. Puedes crear un collage de fotos a fin de mes para colgar en una pared o un tesoro como recuerdo, con la etiqueta '¡Me pillaron leyendo!'



Rasgo del Mes
Liderazgo
Motivar a los demás
hacia un objetivo.

¡Las inscripciones para
kindergarten ya están
abiertas!

Echa un vistazo a
nuestras clases de
ECEAP y ECE que se
ofrecen para niños de
3 a 4 años.

Fechas Importantes

Mayo 16- Noche de
información sobre el
kindergarten 4:30pm-6pm

Mayo 27 - Día de los
Caídos (No hay escuela)

Mayo 31 - Día de Espiritu:

La asistencia importa

La buena asistencia es responsabilidad de los padres y los estudiantes. Ayude a su hijo a entender por qué es importante ir a la escuela todos los días, a tiempo. Si por alguna razón su hijo no viene a la escuela, llame a la escuela al (253) 931-4980, o rellene nuestro **Formulario de Denuncia de Ausencia** en nuestra página web, para que puedan marcarse como excusados.

¿Cuántas Horas de Sueño Necesitan los Niños?

El sueño es muy importante para la salud y el bienestar de su hijo. De hecho, los buenos hábitos de sueño comienzan desde el nacimiento.

Los niños que no duermen lo suficiente pueden tener problemas para funcionar durante el día. Por la noche, es posible que les resulte difícil calmarse.

Los niños en edad escolar necesitan entre 10 y 13 horas de sueño. Acostúmbrese a que su hijo comience su rutina a la hora de acostarse a las 7 p.m. para asegurarse de que esté en la cama a las 8 p.m. Anime a los niños mayores y a los adolescentes a establecer una hora de acostarse que les permita dormir las horas completas necesarias a su edad. Una rutina a la hora de acostarse podría incluir lavarse y cepillarse los dientes, leer un libro o escuchar música tranquila.

¿Cómo puedo saber si mi hijo no está durmiendo lo suficiente?

Un niño que no duerme lo suficiente puede:

- *quedarse dormido durante el día
- *ser hiperactivo (especialmente los niños más pequeños)
- *tienen problemas para prestar atención
- *dificultad con el trabajo escolar
- *estar de mal humor, quejumbroso, irritable o malhumorado
- *tienen problemas de conducta

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a dormir?

Para los niños de todas las edades, establezca una rutina a la hora de acostarse que fomente buenos hábitos de sueño. Estos consejos pueden ayudar a los niños a conciliar un sueño reparador:

- *comprométete a una hora regular para dormir.. Puede avisar a sus hijos 30 minutos y luego 10 minutos antes.
- *apagar todas las pantallas (TV, computadoras, teléfonos, tabletas y videojuegos) en al menos 1 hora antes hora de dormir. .
- *considerar eliminación de todos los dispositivos de su dormitorio de los niños.



Aprendizaje Socioemocional (SEL, por sus siglas en inglesa) en casa Organízalo

Competencias a las que se Dirige: Planificación, organización



Cómo Probarlo:

Discuta lo que significa ser organizado y cómo sabemos cuándo algo está organizado y ordenado. Reúna un juego de materiales para cada niño o equipo. Ajuste el reloj a una cierta cantidad (cinco minutos, por ejemplo) y vea si el niño puede devolver esos artículos al lugar correcto.

Cómo ayudar a su hijo a tener éxito en la escuela.

Consejo del Mes

Enséñele a su hijo a ser responsable de sus acciones y a enorgullecerse de todo lo que hace.