

Boletín de asistencia escolar John Marshall

diciembre 2022

La asistencia es muy importante en la Escuela John Marshall. Este año formamos un Comité de Asistencia en John Marshall para revisar el ausentismo crónico y llegar a las familias. El ausentismo se considera *crónico* cuando las ausencias alcanzan el 10% o más del número de días de clases. Por ejemplo, si su hijo está ausente 7 días de 66 días escolares, eso es 11%. Es importante comunicarse con la escuela cuando su hijo esté enfermo y llamar en caso de ausencia. Hacer de la asistencia a la escuela una prioridad es clave para la educación y el futuro de su hijo.

¿Sabías?

- Comenzando en el jardín de infantes, faltar el 10% o solo dos días cada mes durante el transcurso del año escolar puede dificultar el aprendizaje de la lectura.
- Los estudiantes aún pueden atrasarse si pierden solo uno o dos días cada pocas semanas.
- Llegar tarde a la escuela puede conducir a una mala asistencia.

Fuente: www.attendanceworks.org

La Dra. Rebecca Schulman de Behavior Therapy Associates realizó recientemente varios talleres para padres en John Marshall que se pueden encontrar en nuestro sitio web, <https://mar.edison.k12.nj.us/parents/parent-universities-and-workshops>. Dr. Schulman ha proporcionado los siguientes consejos.

Consejos para ayudar a sus hijos a llegar a tiempo a la escuela constantemente

- ¡Prepara el escenario la noche anterior!
 - Las rutinas de la noche anterior también pueden conducir a mañanas más tranquilas.
 - Piense en lo que puede hacer la noche anterior: tender la ropa, preparar los almuerzos y empacar las mochilas, hacer que sus hijos escojan lo que quieren para el desayuno, asegurarse de que toda la tarea esté completa y que todos los formularios que deben revisarse o firmarse estén completos.

- Crea una rutina matutina
 - Considere a qué hora debe despertarse cada persona, qué tareas deben completarse en la mañana y cuánto tiempo llevará cada tarea.
 - ¡Siempre deje 5-10 minutos extra porque las cosas siempre tardan más en completarse de lo que piensa!
 - ¡Use apoyos visuales para mantener a todos encaminados!
 - Horarios visuales, recordatorios visuales y temporizadores visuales
- Las recompensas pueden ayudar a aumentar la motivación
 - Observe lo que sus hijos están motivados para hacer, como mirar televisión, jugar con juguetes o jugar videojuegos.
 - ¡Use esa motivación para recompensar el seguimiento!
 - Por ejemplo, establezca la expectativa, **primero** complete su rutina matutina, **luego** puede ver televisión hasta que sea hora de irse a la escuela.
 - Proporcione elogios específicos del comportamiento para aumentar la motivación: "¡Me encanta la forma en que te arreglaste esta mañana!"
- Reducir el tiempo de pantalla excesivo
 - Ayude a sus hijos a practicar una buena higiene del sueño al detener el tiempo frente a la pantalla al menos una hora antes de acostarse. ¡Use los controles parentales para ayudar a establecer límites!
 - Cree oportunidades para que los niños ganen el tiempo frente a la pantalla en lugar de quitarles las pantallas como resultado de un comportamiento negativo. ¡Premia el comportamiento que quieres ver! No permita que los niños usen aparatos electrónicos "gratis".
- Enseñe a los niños a regular sus emociones cuando se sientan enojados, frustrados, tristes, aburridos, molestos, etc.
 - A veces, los "sentimientos deprimidos" dificultan que los estudiantes lleguen a la escuela. Ayúdelos a llegar a la escuela usando habilidades de afrontamiento efectivas.
 - Ayude a los niños a identificar cómo se sienten al notar los signos físicos en su cuerpo y etiquetar cómo se sienten.
 - Consulte con sus hijos para ver cómo se sienten.
 - Enseñe a los niños a expresar cómo se sienten, como "Me siento... cuando..."
 - Ejemplos de estrategias de regulación: respirar hondo, relajación muscular progresiva, montar un rincón de tranquilidad en casa, hablar de los sentimientos, etc.
 - ¡Practica cuando tus hijos estén tranquilos!