



SAN ELIZARIO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

Home Tips for Parents

In an effort to contain the 2019 coronavirus disease (COVID-19) pandemic, schools have closed leaving many parents across the country to face a daunting challenge: How can parents handle their responsibilities as well as help their children continue their learning while at home?

One of the most important things to remember is that children need structure and thrive on routine, which can help them feel safe, regulated, and calm. That means changing out of pajamas and into their school clothes, maintaining morning routines, and keeping regular bedtimes and wakeup times.

Here are some tips that can help:

1. Help students ‘own’ their learning

Don’t help too much. Becoming independent takes lots of practice, offer help when needed, but don’t do it for them. Remember, they will need all of this year’s skills to take them into the next grade level. In other words, students need to do the work to receive the credit.

2. Establish routines and expectations

It is important to develop good habits. Create a flexible routine. Chunk your days into predictable segments (keep normal routines such as waking up and getting dressed for the day and bedtime routines, including normal rules for digital devices).

3. Choose a good place to learn

Set up a physical location that is dedicated to school-focused activities (and practice good digital safety) that is:

- quiet
- free from distractions
- has good internet connection

4. Stay in touch

Teachers will be communicating regularly through online platforms and virtual learning environments. Make sure everyone knows how to find the help they need to be successful. Stay in contact with classroom and support teachers.

5. Begin and end the day by checking-in

It helps students organize themselves and set priorities to develop self-management and executive functioning that are essential skills for life.



SAN ELIZARIO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

Consejos para padres

En un esfuerzo por contener la pandemia de la enfermedad coronavirus de 2019 (COVID-19), las escuelas cerraron dejando a muchos padres en todo el país enfrentando un desafío desalentador: ¿Cómo pueden los padres manejar sus responsabilidades y ayudar a sus hijos a continuar aprendiendo mientras están en casa?

Una de las cosas más importantes para recordar es que los niños necesitan estructura y rutina, lo que puede ayudarlos a sentirse seguros, regulados y tranquilos. Eso significa cambiarse la pijama y ponerse la ropa de la escuela, mantener las rutinas matutinas y mantener horarios regulares para acostarse y levantarse.

Aquí hay algunos consejos que pueden ayudar:

1. Ayude a los estudiantes a ser “dueños” de su aprendizaje

No ayude demasiado. Ser independiente requiere mucha práctica, ofrezca ayuda cuando sea necesario, pero no haga el trabajo por ellos. Recuerde, necesitarán todas las habilidades de este año escolar para el siguiente nivel de grado. En otras palabras, los estudiantes necesitan hacer el trabajo para recibir el crédito.

2. Establecer rutinas y expectativas

Es importante desarrollar buenos hábitos y crear una rutina flexible. Divida sus días en segmentos predecibles. Mantenga rutinas normales como despertarse y vestirse para el día y la hora de acostarse. Incluya reglas normales para dispositivos digitales.

3. Elige un buen lugar para aprender

Configure una ubicación física que esté dedicada a actividades escolares (practique una buena seguridad digital) que sea:

- tranquilo
- libre de distracciones
- tenga buena conexión a internet

4. Manténgase en contacto

Los maestros se comunicarán regularmente a través de plataformas y entornos virtuales de aprendizaje. Asegúrese de que todos sepan cómo encontrar la ayuda que necesitan para tener éxito. Manténgase en contacto con la clase y apoye a los maestros.

5. Comience y termine el día haciendo una revisión de progreso

Ayudará a los estudiantes a organizarse y establecer prioridades para desarrollar auto-manejo y el funcionamiento ejecutivo que son habilidades esenciales para la vida.