ESCUELA PRIMARIA WASHINGTON

BOLETÍN PARA PADRES

ENERO 2021

BUENOS HÁBITOS PARA APOYAR EL APRENDIZAJE

¡Bienvenidos y feliz año nuevo! A medida que pasamos de un largo descanso y continuamos aprendiendo a distancia, es importante que nuestros estudiantes mantengan su mente enfocada y su cuerpo activo. Hable con su hijo y tenga un plan de hábitos saludables para el que todo estudiante de aprendizaje a distancia debería dedicar tiempo. A continuación se muestran algunos consejos útiles.

1. Asegúrese de que los estudiantes duerman lo suficiente. El sueño es una parte esencial de la rutina diaria. Asegúrese de que su hijo duerma las 6 a 8 horas recomendadas cada noche. La falta de sueño cada noche no es saludable, y dormir lo suficiente juega un papel importante para permitir que nuestro cerebro asimile los conocimientos adquiridos durante el día.

2. Come bien. Cuando comes alimentos saludables, nutres tu cuerpo, incluidas las células cerebrales. Tenga bocadillos pequeños y saludables que pueda comer durante el día, en lugar de exagerar con el tamaño de las porciones a la hora de las comidas. Esto controlará su hambre, mantendrá estable el azúcar en la sangre y mantendrá su mente activa por más tiempo. Recuerde que no tiene que eliminar todos los alimentos que le gustan, siempre y cuando no se exceda en el tamaño de las porciones.

3. Mantente hidratado. Asegúrese de beber suficiente agua, ya que esto mantendrá altos sus niveles de energía. No solo es saludable y económica, sino que el agua potable también es un gran refuerzo para la salud. Mantenga una botella de agua cerca durante todo el día.

4. Estírate y ve a caminar. Es bueno estirar los músculos, especialmente si está sentado durante mucho tiempo. Todo el tiempo sentado y concentrado puede ser perjudicial para su salud; su cuerpo necesita un descanso. Estirarse o ir a caminar le ayudará a fortalecer sus músculos, reducir el estrés, aliviar la tensión y volver a concentrarse en su trabajo.

ASISTENCIA DEL ESTUDIANTE:

Llame a la oficina de la escuela de inmediato si su hijo va a estar ausente de su clase virtual en Zoom.

CONTINUA LA DISTRIBUCION DE COMIDA

TODOS LOS MIÉRCOLES DE 11:00 A.M. - 12:30 P.M. LAS CAJAS INCLUYEN COMIDA PARA UNA SEMANA PARA CADA ESTUDIANTE.

Teléfono Escolar: 559-674-6705
www.madera.k12.ca.us/Page/2727

NOTICIAS ESCOLARES

BOLETÍN MENSUAL

Expectativas del aprendizaje a distancia	
R. RESPETUOSOS	• Silencia el micrófono cuando otros hablan • Respeta las perspectivas de los demás • Usa palabras amables • Usa la etiqueta de texto adecuada (es decir, TODAS LAS MAYÚSCULAS, bromas, etc.) • Ayuda a otros mutuamente durante las asignaciones grupales y en las salas de reuniones designadas • Trata a los demás con respeto verbal y no verbalmente
O. OPTIMISTAS Y CON ESFUERZO	• Iniciate a la sesión a tiempo • Pon atención / participa activamente • Organiza tus materiales • Establece metas diarias • Hazte visible • Mantiene un plan de respaldo si te desconectas
A. ATENTOS	• Utiliza las funciones de chat de manera adecuada • Mantiene un horario / espacio para completar las tareas • Pídele ayuda al maestro • Trata a los miembros de la clase con el cuidado que merecen
R. RESPONSABLES	• Sigue instrucciones • Espera su turno para hablar o contribuir • Utiliza la función de alzar la mano • Minimiza las distracciones

La Escuela Primaria Washington usa las Intervenciones y Apoyos de Conducta Positivas (PBIS) como marco de referencia para promover una cultura escolar y salones seguros y positivos. Los maestros revisan estas expectativas con nuestros estudiantes de manera regular para promover un compromiso y comportamiento positivos durante el aprendizaje a distancia.

PRÓXIMOS EVENTOS

- martes, 12 enero
  CLASES CONTINÚAN
- viernes, 15 enero
  CALIFICACIONES DE SEGUNDO CUARTO DISPONIBLES EN EL PORTAL DE PADRES EN AERIES
- lunes, 18 enero
  DÍA DE MARTIN LUTHER KING JR.
  - NO HAY CLASES
- Semana de enero 19-22
  REPORTE DE CALIFICACIONES ENVIADOS A CASA
- martes, 19 enero
  JUNTA VIRTUAL DE ELAC
  8:15-9:15 AM
- lunes, 25 enero
  CONCILIO ESCOLAR (SSC)
  JUNTA VIRTUAL, 5:30 PM
- lunes, 25 enero - viernes, 5 Feb.
  CONFERENCIAS VIRTUALES DE PADRES-MAESTROS (ZOOM)
  *ANTES Y DESPUÉS DE CLASES Y LOS MIÉRCOLES

¡TIGRES SON CAPAZ!

¡TIGRES MANTIENEN EL RUMBO!

¡TIGRES HACEN TODO CON GANAS!