



Fuentes:

[CDC.gov Back to School Planning for In Person Classes](https://www.cdc.gov/ncidod/dlqp/2020/back-to-school-planning-for-in-person-classes.html)
[Unicef.org What Will Return to School During COVID-19 Pandemic Look Like?](https://www.unicef.org/covid19/what-will-return-to-school-during-covid-19-pandemic-look-like)



Durante muchos meses, los estudiantes tuvieron lo que podrían parecer unas vacaciones prolongadas debido al brote de COVID-19 y las órdenes de quedarse en casa. Entonces, ¿qué debe hacer para ayudarlos a prepararse mentalmente para asistir físicamente a la escuela?

- Antes de regresar a clase o incluso después de que comience la escuela, reintroduzca las rutinas previamente establecidas, incluyendo la hora de acostarse, la hora de levantarse, la hora de la tarea y la hora de juego.
- Desarrolle una lista diaria para los artículos que debe empacar para la escuela al día siguiente, como desinfectantes para manos y mascarillas de respaldo.
- Ayude a que su hijo entienda que todavía estamos en una pandemia, cree un ambiente seguro y acogedor y responda positivamente a sus preguntas y expresiones sentimentales.
- Esté presente mentalmente y comprometido cuando pregunte sobre las actividades del día de su hijo.
- Para obtener consejos y apoyo para padres, vea si hay un grupo de padres con el que pueda conectarse a través de su escuela o en su comunidad.

HCPHTX.ORG



OCEE 10/14/20

COVID-19: Creando una estructura escolar para su hijo

