



## TIPS FOR STARTING THE SCHOOL YEAR OFF RIGHT

For our Head Start and Early Head Start families who have children entering programs for the first time, here are tips to support smooth transitions.

- 1) Establish a routine of "early to bed" and "school wake-up time" several weeks before school begins so your child has time to adjust to the new schedule.
- 2) Leave yourself plenty of time in the morning so that your child doesn't have to rush on the first days of school. Share the morning time in a relaxed way as you help your child to get ready.
- 3) Participate in home visits offered before the start of school. Meeting their teacher in a familiar environment will help your child to transition in the classroom.
- 4) If your child has never been cared for by someone else, start to leave them for short periods of time with friends or relatives. Reinforce the fact that you will return and that they are safe with others.
- 5) Together pick out their new backpack or first day outfit. Allow them to have choices with these kinds of decisions.
- 6) Tell about when you went to school and share positive information about going to school. If you have photos from your school days or the school days of other family members, look at them together.
- 7) Find out about toileting procedures from your child's teacher or Family Engagement Specialist. As is age appropriate, review with your child to make sure they are comfortable.
- 8) Look at the Head Start website together ([www.headstartmc.org](http://www.headstartmc.org)). See all the pictures and information that is available, including the school calendars and breakfast and lunch menus.
- 9) Visit your local library during a read-aloud time so your child gets used to hearing someone other than their family member read aloud a book in a group setting.
- 10) Take a picture of your child in front of the school and print it out for them to have. You can make pictures part of a mini book at home about the first days of school.



## CONSEJOS PARA COMENZAR BIEN EL AÑO ESCOLAR

Para nuestras familias de Head Start y Early Head Start que tienen niños que ingresan a los programas por primera vez, estos son algunos consejos para apoyar las transiciones sin problemas.

- 1) Establezca una rutina de "acostarse temprano" y "hora de levantarse de la escuela" varias semanas antes de que comience la escuela para que su hijo tenga tiempo de adaptarse al nuevo horario.
- 2) Deje suficiente tiempo por la mañana para que su hijo no tenga prisa los primeros días de clases. Comparta el tiempo de la mañana de una manera relajada mientras ayuda a su hijo a prepararse.
- 3) Participar en las visitas domiciliarias que se ofrecen antes del comienzo de clases. Conocer a su maestro en un ambiente familiar ayudará a su hijo a hacer la transición en el salón de clases.
- 4) Si su hijo nunca ha sido cuidado por otra persona, comience a dejarlo por períodos cortos de tiempo con amigos o familiares. Refuerce el hecho de que regresará y que están a salvo con los demás.
- 5) Escojan juntos su mochila nueva o su atuendo para el primer día. Permítales tener opciones con este tipo de decisiones.
- 6) Cuente acerca de cuándo fue a la escuela y comparta información positiva acerca de ir a la escuela. Si tiene fotos de sus días escolares o de los días escolares de otros miembros de la familia, mírenlas juntos.
- 7) Infórmese sobre los procedimientos para ir al baño con el maestro de su hijo o el especialista en participación familiar. Como es apropiado para la edad, revíselo con su hijo para asegurarse de que se sienta cómodo.
- 8) Miren juntos el sitio web de Head Start ([www.headstartmc.org](http://www.headstartmc.org)). Vea todas las imágenes y la información que está disponible, incluidos los calendarios escolares y los menús de desayuno y almuerzo.
- 9) Visite su biblioteca local durante un tiempo de lectura en voz alta para que su hijo se acostumbre a escuchar a alguien que no sea un miembro de su familia leer en voz alta un libro en un entorno grupal.
- 10) Tome una foto de su hijo frente a la escuela e imprímala para que la tengan. Puedes hacer que las imágenes formen parte de un minilibro en casa sobre los primeros días de clases.



نصائح لبدء العام الدراسي بشكل صحيح

أهمية اللعب في الخارج - Arabic Translation

التي لديها أطفال يلتحقون بالبرامج لأول مرة ، إليك بعض النصائح لدعم **Head Start** و **Early Head Start** بالنسبة لعائلات برنامج عمليات الانتقال السلس .

ضع روتينًا "للنوم مبكرًا" و "وقت الاستيقاظ في المدرسة" قبل عدة أسابيع من بدء المدرسة حتى يتاح لطفلك الوقت للتكيف مع الجدول الجديد .

اترك لنفسك متسعًا من الوقت في الصباح حتى لا يضطر طفلك للاستعجال في الأيام الأولى من المدرسة . شارك وقت الصباح بطريقة مريحة . بينما تساعد طفلك على الاستعداد .

المشاركة في الزيارات المنزلية المقدمة قبل بدء المدرسة . إن مقابلة معلمهم في بيئة مأثوفة سيساعد طفلك على الانتقال في الفصل الدراسي .

إذا لم يتم رعاية طفلك من قبل شخص آخر ، ابدأ في تركه لفترات قصيرة مع الأصدقاء أو الأقارب . عزز حقيقة أنك ستعود وأنك بأمان مع الآخرين .

اختر معًا حقيبة ظهر جديدة أو ملابس اليوم الأول . اسمح لهم بالحصول على خيارات مع هذه الأنواع من القرارات .

تحدث عن الوقت الذي ذهبت فيه إلى المدرسة وشارك المعلومات الإيجابية حول الذهاب إلى المدرسة . إذا كان لديك صور من أيام المدرسة أو أيام المدرسة لأفراد الأسرة الآخرين ، فقم بإلقاء نظرة عليها معًا .

تعرف على إجراءات استخدام المرحاض من معلم طفلك أو أخصائي المشاركة الأسرية . كما هو مناسب للعمر ، راجع مع طفلك للتأكد من أنه مرتاح .

شاهد جميع الصور والمعلومات المتوفرة ، بما في ( [www.headstartmc.org](http://www.headstartmc.org) ) الإلكتروني **Head Start** انظروا معًا إلى موقع ذلك التقويمات المدرسية وقوائم الإفطار والغداء .

قم بزيارة مكتبك المحلية خلال وقت القراءة بصوت عالٍ حتى يعتاد طفلك على سماع شخص آخر غير أفراد عائلته يقرأ كتابًا بصوت عالٍ . في إعداد جماعي .

التقط صورة لطفلك أمام المدرسة واطبعها ليحصل عليها . يمكنك جعل الصور جزءًا من كتاب صغير في المنزل حول الأيام الأولى ! من المدرسة .