



The Navigator

End of the Year Award Ceremonies

Plans are being made for end of the year award ceremonies that will comply with CDC Guidelines. We will update parents/families through social media apps as soon as those plans are finalized.

May Calendar:

May 4th - 8th– TEACHER APPRECIATION WEEK!

May 28th– Last day of school for students

At this time there have been no changes to the start dates for next year. Here are a few dates you may want to add to your calendar.

August 3rd– Teachers return

August 6th– Student Orientation

August 10th– First Day of School

Reminder:

Our campus is open Monday, Wednesday, and Friday from 8:30-1:00.

Parents may drive up for I-Pad assistance and paper packets from 11:00-1:00

SAC & PTO Meetings – 21st@ 6 PM Tentative Virtual Mtg.

Mrs. Ross, our ELL teacher, has videos available on the school website. Currently, there is one for alphabet recognition practice, and one for practicing Kindergarten sight words. These are great for all pre-K and kindergarten students! Go to:

<http://drneroberts.polk-fl.net/resources/>

Then click on ABC and Sight Word Videos

Other grade level materials will be added to this resource so check back often.

Parents/Families will continue to be updated on changes to our schedules, routines, distance learning, etc. through social media and classroom teachers.



"A teacher affects eternity; he can never tell where his influence stops." - Henry Adams

"IF YOU HAVE TO PUT SOMEONE ON A PEDESTAL, PUT TEACHERS. THEY ARE SOCIETY'S HEROES."

Have a wonderful summer! Spend a few minutes each day with your child practicing the skills they have learned this year to prepare them for the 2020-2021 school year. We'll see you August 6th for Orientation and don't forget to- **Bring Your "A" Game!**

Talking to kids about COVID-19

Because of the COVID-19 pandemic and the necessary precautionary measures, this may be a stressful time for kids. Kids may not have the words to talk about what they are feeling or going through, so it is especially important for parents to check in with their kids and keep an eye on how they may be reacting. Everyone is experiencing stress and anxiety due to this pandemic, but kids may be particularly vulnerable due to disruption of normal routines, loss of contact with others, and hearing too much information from sources such as TV. Children with special needs may be particularly vulnerable to experiencing fear and stress, especially if they have already been experiencing problems with anxiety, attention deficit hyperactivity disorder, or obsessive-compulsive disorder.

Below are tips for parents of youth in general:

- Don't be afraid to talk about COVID-19 with your child. A great way to start is to ask them what they know and/or might have heard already, and let that guide your discussion. Answer whatever questions they may have to the best of your ability, and with developmentally appropriate language.
- Validate whatever feelings or concerns your child may have, and provide realistic assurance (for example, "Doctors say that the best way to stay healthy is to wash our hands, so we are!" or "Scientists and doctors are working hard to learn more about this new virus so we can know how to beat it.").
- No matter their age, maintaining routines and consistency is important for all youth. If routines are disrupted by COVID-19-related guidelines (e.g., school closures), work to build other routines and predictability to help them adjust to this new, temporary normal.
- Model good coping strategies, and consider doing some activities together as a family — read a book together, have a dance party in the living room, have a group video call to a beloved relative.
- Do your best to manage your child's news/information consumption. COVID-19 is getting a lot of coverage in the news and on social media, not all of which is factual or helpful. Continue to engage your child about what they have seen and heard, help them to understand what they are reading, and work to clarify any misconceptions they may have. Furthermore, limit overall exposure to information on various media outlets.
- If you co-parent or otherwise share child-raising duties, make sure you are all on the same page and giving your child the same messages. Disagreements or conflicting information can cause confusion and anxiety in youth.
- MOST IMPORTANTLY: Take care of yourself, and whatever you might be feeling or going through. You are the best support to your children when you are feeling good yourself!
- If your child has been in treatment for mental health problems, it may appear that they are experiencing a setback or relapse. Know that this is normal, and that they can get back on track with support. Consult with your child's treatment provider about ways to include current guidelines (e.g., washing) into their treatment plan.
- If you notice your child start to obsess about the uncertain future (e.g. "Will it be like this forever?" "What if things never get back to normal?"), try some activities to keep them in the present moment – do a baking project, start a puzzle, etc.
- Limit exposure to media discussing coronavirus. It is important for you as the parent to be the primary gatekeeper of information. Try to keep your outward mood as neutral (or positive) as possible, as your children may read into your outward signs of fear or anxiety and let it fuel their own fear or anxiety.

Resources for Parents

[INFOGRAPHIC – Helping Children Cope with Stress during the COVID-19 Outbreak](#) (WHO)

[Helping Kids and Families Keep a Healthy Mindset During the Coronavirus Crisis](#) (McLean Hospital)

[Tips to Help College Students during the COVID-19 Pandemic](#) (McLean Hospital)

[COVID-19 Resources for Staying Resilient](#) (UCLA Center for Child Anxiety Resilience Education and Support)

[Talking to Kids About the Coronavirus](#) (Child Mind Institute)

[Supporting Kids during the COVID-19 Crisis](#) (Child Mind Institute)

[Supporting Teenagers and Young Adults during the COVID-19 Crisis](#) (Child Mind Institute)

[How to Explain the Coronavirus to Kids with Anxiety or OCD](#) (Anxious Toddlers)

[5 Ways to Help Teens Manage Anxiety About the Coronavirus](#) (New York Times)

C. L. Boyd, School Psychologist



The Navigator

Ceremonias de entrega de premios de fin de año

Se están haciendo planes para las ceremonias de premiación de fin de año que cumplirán con las pautas de los CDC. Actualizaremos a los padres / familias a través de las aplicaciones de redes sociales tan pronto como se finalicen esos planes.

Recordatorio:

Nuestro campus está abierto los lunes, miércoles y viernes de 8: 30-1: 00.

Los padres pueden solicitar asistencia de I-Pad y paquetes de papel de 11: 00-1: 00

Los padres / familias continuarán siendo informados sobre los cambios en nuestros horarios, rutinas, aprendizaje a distancia, etc. a través de las redes sociales y los maestros de aula.



Calendario de mayo:

4 al 8 de mayo: ¡SEMANA DE APRECIACIÓN DEL MAESTRO!

28 de mayo: último día de clases para estudiantes

En este momento no ha habido cambios en las fechas de inicio para el próximo año. Aquí hay algunas fechas que puede agregar a su calendario.

3 de agosto: regresan los maestros

6 de agosto: Orientación estudiantil

10 de agosto: primer día de clases

SAC & PTO Meetings – 21st@ 6 PM Tentative Virtual Mtg.

La Sra. Ross, nuestra maestra de ELL, tiene videos disponibles en el sitio web de la escuela. Actualmente, hay uno para la práctica de reconocimiento del alfabeto, y uno para practicar palabras a la vista de Kindergarten. ¡Estos son excelentes para todos los estudiantes de pre-K y kindergarten! Ir:

<http://drneroberts.polk-fl.net/resources/>

Luego haga clic en ABC y Sight Word Videos

Se agregarán otros materiales de nivel de grado a este recurso, así que vuelva a consultar con frecuencia.



"A teacher affects eternity; he can never tell where his influence stops." - Henry Adams

"IF YOU HAVE TO PUT SOMEONE ON A PEDESTAL, PUT TEACHERS. THEY ARE SOCIETY'S HEROES."

¡Que tengan un verano maravilloso! Pase unos minutos cada día con su hijo practicando las habilidades que aprendió este año para prepararlo para el año escolar 2020-2021. Nos vemos el 6 de agosto para Orientación y no olvides- ¡Trae tu juego "A"!

Hablando con los niños sobre COVID-19

Debido a la pandemia de COVID-19 y las medidas de precaución necesarias, este puede ser un momento estresante para los niños. Es posible que los niños no tengan las palabras para hablar sobre lo que sienten o por lo que están pasando, por lo que es especialmente importante que los padres se comuniquen con sus hijos y vigilen cómo pueden estar reaccionando. Todos están experimentando estrés y ansiedad debido a esta pandemia, pero los niños pueden ser particularmente vulnerables debido a la interrupción de las rutinas normales, la pérdida de contacto con otros y al escuchar demasiada información de fuentes como la televisión. Los niños con necesidades especiales pueden ser particularmente vulnerables a experimentar miedo y estrés, especialmente si ya han estado experimentando problemas de ansiedad, trastorno por déficit de atención con hiperactividad o trastorno obsesivo compulsivo. A continuación se presentan consejos para padres de jóvenes en general:

- No tenga miedo de hablar sobre COVID-19 con su hijo. Una excelente manera de comenzar es preguntarles qué saben y / o quizás ya hayan escuchado, y dejar que eso guíe su discusión. Responda las preguntas que puedan tener lo mejor que pueda y con un lenguaje apropiado para el desarrollo.
- Valide los sentimientos o inquietudes que pueda tener su hijo y brinde garantías realistas (por ejemplo, "los médicos dicen que la mejor manera de mantenerse saludable es lavarse las manos, ¡así es!" O "Los científicos y los médicos están trabajando duro para aprender más sobre este nuevo virus para que podamos saber cómo vencerlo").
- No importa su edad, mantener rutinas y consistencia es importante para todos los jóvenes. Si las pautas relacionadas con COVID-19 interrumpen las rutinas (por ejemplo, el cierre de escuelas), trabaje para construir otras rutinas y previsibilidad para ayudarlos a adaptarse a esta nueva normalidad temporal.
- Modele buenas estrategias de afrontamiento y considere realizar algunas actividades juntos como familia: lean un libro juntos, hagan una fiesta de baile en la sala de estar, hagan una videollamada grupal a un pariente querido.
- Haga lo posible por administrar el consumo de noticias / información de su hijo. COVID-19 está obteniendo mucha cobertura en las noticias y en las redes sociales, no todo lo cual es real o útil. Continúe involucrando a su hijo sobre lo que ha visto y escuchado, ayúdelo a comprender lo que está leyendo y trabaje para aclarar cualquier idea errónea que pueda tener. Además, limite la exposición general a la información en varios medios de comunicación.
- Si es uno de los padres o comparte los deberes de crianza de niños, asegúrese de que todos estén en la misma página y le den los mismos mensajes a su hijo. Los desacuerdos o la información conflictiva pueden causar confusión y ansiedad en los jóvenes.
- **MÁS IMPORTANTE:** cuidate a ti mismo y lo que sea que estés sintiendo o pasando. ¡Usted es el mejor apoyo para sus hijos cuando se siente bien!
- Si su hijo ha estado en tratamiento por problemas de salud mental, puede parecer que está experimentando un revés o una recaída. Sepa que esto es normal y que pueden volver a la normalidad con ayuda. Consulte con el proveedor de tratamiento de su hijo sobre las formas de incluir pautas actuales (por ejemplo, lavado) en su plan de tratamiento.
- Si nota que su hijo comienza a obsesionarse con el futuro incierto (por ejemplo, "¿Será así para siempre?", "¿Qué pasa si las cosas nunca vuelven a la normalidad?"), Intente algunas actividades para mantenerlo en el momento presente: hornee proyecto, comenzar un rompecabezas, etc.
- Limite la exposición a los medios que discuten sobre el coronavirus. Es importante que usted, como padre, sea el principal guardián de la información.
- Trate de mantener su estado de ánimo externo lo más neutral (o positivo) posible, ya que sus hijos pueden leer sus signos externos de miedo o ansiedad y dejar que alimente su propio miedo o ansiedad.

Recursos para Padres

[INFOGRAPHIC – Helping Children Cope with Stress during the COVID-19 Outbreak](#) (WHO)

[Helping Kids and Families Keep a Healthy Mindset During the Coronavirus Crisis](#) (McLean Hospital)

[Tips to Help College Students during the COVID-19 Pandemic](#) (McLean Hospital)

[COVID-19 Resources for Staying Resilient](#) (UCLA Center for Child Anxiety Resilience Education and Support)

[Talking to Kids About the Coronavirus](#) (Child Mind Institute)

[Supporting Kids during the COVID-19 Crisis](#) (Child Mind Institute)

[Supporting Teenagers and Young Adults during the COVID-19 Crisis](#) (Child Mind Institute)

[How to Explain the Coronavirus to Kids with Anxiety or OCD](#) (Anxious Toddlers)

[5 Ways to Help Teens Manage Anxiety About the Coronavirus](#) (New York Times)