

familias educadoras

nº
30

Bienvenido y bienvenidas a este nuevo curso, en el que **os invitamos a entrar con paso firme y una inmensa sonrisa.**

Tras las vacaciones, se impone la rutina del curso escolar, por ello os animamos a leer nuestro artículo donde ofrecemos algunas ideas para no perder el rumbo. Puede que alguna línea inspire un cambio o una reflexión. Sabéis que nuestro objetivo es poder compartir temas educativos que susciten interés.

Para que nos acerquemos más a lo que podáis necesitar, **familias educadoras tiene a vuestra disposición un correo electrónico** donde poder sugerir temas o realizar comentarios.

Cada curso estrenamos sección nueva, y este año los **recortables** nos acompañarán, ofreciéndonos alguna imagen, idea «express», una frase, etc...

Esperando que disfrutéis de este inicio de curso, os invitamos a visitar desde **«Don Bosco en familia»** un especial para el inicio de curso.

Noelia Soriano

En este número

- **Con paso firme y una sonrisa**
Calves educativas para entrar con buen pie.
- **Recortables**
Una imagen, una viñeta, una idea, una frase...
- **Don Bosco en familia**
Bienvenido a casa.



familiaseducadoras@salesianos.edu

 fapasi

Por razones de índole gramatical, y a fin de facilitar la lectura, cuando se utilice en el texto el género masculino, será para referirse tanto a hombres como a mujeres, tal y como rige el idioma castellano.

Desarrollo y Educación

Con paso firme y una sonrisa

Inmersos en el curso, claves para entrar con buen pie.



Ya estamos en un nuevo curso. Las vacaciones quedaron atrás dejando un regustillo estupendo para poder comenzar. Estos días en los colegios se han vivido momentos de mucha alegría por el reencuentro. Llantos de los más pequeños por enfrentarse a algo nuevo. Llantos también de los más mayores porque deseaban seguir teniendo tiempo libre ilimitado. Y alegría de muchos padres y madres porque el cole comenzó.

La realidad es que, tras dos meses de descanso mejores o peores, **la escuela marca la rutina del día a día.**

Cuando las personas nos enfrentamos a una nueva etapa, es una oportunidad única para marcarnos objetivos. **Podemos empezar de cero o desear que este curso sea mejor que el anterior.**

Por eso hay que empezar con PASO FIRME Y UNA SONRISA, que nos llene de energía positiva, que nos dé seguridad para afrontar todo lo que deseamos, y pensar en un buen "plan de ataque" para llevar adelante la marcha familiar (¡qué no es poca cosa!).

A modo de sencillas ideas, vamos a comentar algunas **claves educativas** que nos pueden ayudar.



Hablar con ilusión del nuevo curso en el que estamos.

Es bueno que no trasmitamos una imagen aburrida y monótona de la rutina. Cuando estamos disgustados con nuestro hijo porque no hace algo, o porque se queja, utilizamos la expresión de «hay que ir al cole porque es tu obligación».

El mensaje es real, pero no es necesario esperar a momentos críticos para hablar de este tema. **Se puede infundir ilusión y responsabilidad hablándoles con serenidad y coherencia, diciéndole lo que esperas de él.**

Detectar viejos problemas y empezar de otra manera.

Es bueno que, muchas de las reflexiones hechas durante el curso o en verano, de todo aquello que sería bueno cambiar, se pongan en práctica ya.



La rutina es buena para centrar la marcha diaria, pero puede ser asfixiante cuando hay cosas que no funcionan... es más, cuando no vuelven a funcionar un año más.

Piensa qué cosas podéis modificar y son asequibles para un primer momento. Inténtalo, sé perseverante y verás resultados.



Acordar los horarios y respetar los tiempos de descanso.

Cada edad necesita un tipo de horario en el día. No es lo mismo un niño de tres años que un preadolescente de doce. Lo que sí está claro es que **marcar un horario que se respete, que se asuma por parte de todos en la casa, y que sea flexible ante imprevistos**, ayuda a la buena marcha general.

Es necesario que los niños más pequeños se despierten por la mañana con tiempo para poder estar preparados y despejarse, tener la oportunidad de llegar al colegio a pleno rendimiento.

Los más mayores no deben descuidar el desayuno, necesitan tener tiempo para arreglarse, para dejar su cama hecha, la habitación recogida y revisar que lo llevan todo. Esto puede suponer una "batalla matutina" pero con el tiempo, genera hábitos muy adecuados.



Cuando llega la tarde, tanto unos como otros deben tener un horario marcado: tiempo de la merienda, de aseo personal, ayudar en las tareas del hogar, etc... estos momentos deben ser conocidos y asumidos por los miembros de la casa.

Descansar es fundamental para recuperar energías y para que los padres puedan tener un momento de respiro. Se deben respetar las horas de sueño. **Cuidado con la televisión en la habitación, el ordenador y el móvil**, están restando muchas horas de sueño a nuestros niños y jóvenes.

Recordemos que es necesario que en todos estos horarios haya momentos para estar juntos, **buscar espacios de ocio y de encuentro para mejorar la relación, el vínculo y la comunicación.**



Marcar normas para mejorar la convivencia.

Las normas son fundamentales en núcleos sociales, y la familia es el más importante para los hijos. Las normas deben estar adaptadas a la edad porque saber entender y cumplir las normas es fundamental para los procesos de maduración y adaptación.

Poner límites a su comportamiento, les permite prever y saber lo que se espera de ellos, en cada circunstancia, sabiendo cómo actuar y conociendo las consecuencias.

Cinco apuntes para aplicar normas:

1. **Deben ser claras y concisas.** Por ejemplo "en casa, no se cierran las puertas de las habitaciones".
2. **Tienen que ser conocidas** por todos los miembros de la familia.
3. **Es necesario que se apliquen sistemáticamente**, no dependa del humor de cada día. Y que hacerlas cumplir sea obligación de los adultos de la casa (no sólo de uno que lucha contra todos los demás).
4. **Deben estar adaptadas a la edad del niño.** Si hay hermanos, sería necesario que cada uno supiera los que se espera de él.
5. **El no cumplimiento debe tener consecuencias:** esas consecuencias tienen que ser conocidas de antemano. Si se aplica una consecuencia, hay que ser firmes.



Tareas, deberes y estudio.



La rutina de los deberes en casa es buena marcarla desde que son pequeños. Según van creciendo, es necesario dedicar tiempo fuera del cole a estudiar y hacer deberes.

El tiempo de dedicación debe ser progresivo, según va haciéndose mayor, necesita más tiempo para el estudio y las tareas.

Fomentar este hábito ayudará a la adaptación escolar. Cada edad necesita un tiempo diferente y tareas distintas, apoyaros en los tutores y profesores de vuestro hijo que os orientará con todo esto.



RECORTABLES

Un mensaje.

«Queda prohibido no sonreír a los problemas, no luchar por lo que quieres, abandonarlo todo por miedo, no convertir en realidad tus sueños.»

Pablo Neruda

Una viñeta.



Una curiosidad.

Los expertos dicen que es necesario jugar con los adolescentes. Compartir ratos de juego con los hijos ayuda a reforzar los vínculos. Cuando entran en la adolescencia, la dinámica de relación con ellos varía; tener espacios donde se potencie el buen humor, ayuda a aliviar tensiones y permite enfocar los conflictos de otra manera.

Una frase.

«Estando siempre alegres, ni cuenta nos daremos qué pronto pasa el tiempo.»

Don Bosco



Don Bosco en familia

Nos estamos preparando para el bicentenario del nacimiento de Don Bosco. Toda la congregación desea celebrar ese cumpleaños, en el 2015, de forma muy especial.

Una de las iniciativas es la peregrinación de la reliquia de Don Bosco, la cual está recorriendo las casas salesianas de España.

Para nosotros es motivo de fiesta, de sentirnos parte de un sueño que nos hace creer en los jóvenes y en su futuro. Tenemos la oportunidad de revivir el sentido que el apellido salesiano da a nuestro proyecto de vida, a nuestra participación en el colegio, a nuestra implicación en proyectos sociales, a nuestra fe cristiana.

Os invitamos a conocer más de la visita que está preparándose, en definitiva, conocer más a Don Bosco y sentirnos familia salesiana.

http://www.conoceadonbosco.com/recorrido_urna.asp

Bienvenido a CASA

2012 Peregrinación de la Reliquia de DON BOSCO

