



# NOTI Espigas MARZO



## PARA RECORDAR

### DESDE LA DIRECCIÓN

Queridos padres de familia, hoy quiero hablarles sobre el sueño infantil. Este ayuda a que los niños crezcan sanos; por lo general duermen aproximadamente de 10 a 12 horas durante cada período de 24 horas, pero no hay razón para ser rígido en cuanto a qué horas específicas deben tomar de esas 10 o 12 horas necesarias. En esta etapa, lo importante es ayudar a su hijo a que desarrolle buenos hábitos para dormir.

- Cancelar la mensualidad en los primeros 5 días del mes.
- Recuerden marcar las pertenencias de los niños como termos, cocas, loncheras y uniformes incluyendo los tenis y las medias.
- Enviar a los niños y niñas con un corte adecuado de cabello y peinados.
- Mantener una excelente presentación personal.
- Leer y firmar el Notiespigas y las notas que se envían en la agenda.
- Cumplir con el horario establecido de entrada y salida de cada jornada.
- Revisar las fechas de vencimiento de los alimentos que envían para la lonchera de los niños.
- No enviar a los niños cuando estén enfermos.
- Lavar y desinfectar muy bien los termos y cocas de las loncheras.
- Mantener en la maleta una muda de ropa y pañitos húmedos.
- Traer un termo con agua.
- Enviar todos los elementos necesarios para el consumo de los alimentos.
- Revisar las cabecitas de los niños periódicamente.

### RUTINA DEL SUEÑO



Establecer una rutina para irse a la cama, es una buena manera de asegurar que su hijo duerma lo suficiente.

- Cree un ambiente de tranquilidad unos treinta minutos antes de la hora de dormir.
- Fije una hora específica para dormir, avisando debidamente a su hijo media hora antes y 10 minutos antes de la hora acordada.
- Establezca horas fijas para irse a acostar, levantarse y tomar siestas.
- Mantenga horas de juego y de comer fijas.

- La habitación debe ser tranquila, acogedora y conductiva al sueño.
- Utilice la cama solamente para dormir, no para jugar o para ver la televisión.
- Limite las comidas y bebidas dos horas antes de la hora de acostarse.
- Permita que su hijo escoja con qué pijamas quiere dormir, qué muñeco de peluche necesita llevarse a la cama, etc.
- Acueste a su hijo cariñosamente para reafirmar una sensación de seguridad y tranquilidad.



## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



- Marzo 3: Inicia el valor de la generosidad.
- Marzo 4: Jornada democrática.
- Marzo 5: Miércoles de ceniza.
- Marzo 6: Reunión de padres PREESCOLAR. (6:00pm).
- Marzo 7: Reunión de padres PRIMARIA. (6:00pm).
- Marzo 7: Celebración día de la mujer. Este día las NIÑAS vienen de ropa y no traen lonchera. (Las niñas de tiempo completo solo traen lonchera).
- Marzo 14: Jornada de salud mental.
- Marzo 17: Acto cívico día del agua.
- Marzo 19: Celebración día del hombre.

Este día los NIÑOS vienen de ropa y no traen lonchera. (Los niños de tiempo completo solo traen lonchera)

Marzo 25 al 28: Evaluaciones de período para primaria.

- Marzo 28: Lonchera escolar y BINGO. Vamos a fortalecer el pensamiento lógico matemático con un divertido día de Bingo. Este día tendremos venta de un delicioso vaso con helado con barquillo y chispitas de colores. Valor \$ 6.000

### Uniforme Ed. física



### Uniforme gala niñas



### Uniforme gala niños



## CUMPLEAÑOS

Emmanuel  
Montoya Valencia.

- \*Evita el uso de chaquetas y tenis diferentes.
- \*El corte de cabello es clásico.
- \*Las uñas deben estar organizadas.



Delantal institucional (Preescolar)

