



Haz lo Mejor- Información de Padres

¡Saludos padres!

Soul Shoppe esta enseñando acerca de como **hacer lo mejor** en la escuela de su hij@ este mes.

Las herramientas en las cual nos enfocamos son:

- **Sé Inteligente-** esto no se trata de ser el/la "más inteligente" de la clase, esta herramienta enseña consejos de como enfrentar trabajos en una manera inteligente
- **Sé Fuerte-** esto no se trata de ser la persona más fuerte, se trata de mantener el cuerpo y cerebro funcionando para
- **Esta List@-** pistas para mantener el cerebro preparado para desafíos o estrés

Nos enfocaremos en como enfrentar desafíos, tal como el desafío de como hacer bien en los exámenes estándares de la escuela.

Usted puede ayudar a su hij@ a **hacer lo mejor** durante los exámenes así:

- Asegurándose que se duerman a buena hora
- Asegúrese que coman un **desayuno saludable-** especialmente en las mañanas de examen
- Preparando todo lo necesario para el examen desde **la noche anterior** (lápiz, borrador, calculadora)
- No haga **citas médicas** o planes para vacacionar durante los exámenes
- **Llegue a la escuela a hora** en una manera calmada y sin estrés
- **Celebre** con su hij@ después de un examen (vayan al parque, dense abrazos y complementos de más)
- Demuestre que **confía** en su hij@
- Anime a su hij@ que tome los exámenes en serio