

27 de Marzo de 2020

Hola,

Solo queríamos darle la bienvenida nuevamente y hacerle saber que todos en el Distrito Escolar están pensando en usted. El coronavirus ha impactado todas nuestras vidas, creando esta nueva y extraña situación que parece cambiar a diario. Solo hace un par de semanas atrás que estaban todos juntos en la escuela, discutiendo planes para las vacaciones de primavera, fiesta de graduación, torneos de baloncesto, graduación. Compartiste paseos y papas fritas. Compartiendo abrazos y chocando manos con uno al otro. Ahora han recibido instrucciones de permanecer en sus hogares y mantener la distancia de otros. Este es un momento difícil para todos nosotros, pero puede ser particularmente difícil para los adolescentes. Necesita saber que esta puede ser nuestra realidad por el momento, pero no durará para siempre.

Es importante que sepa que sus maestros y administradores están haciendo todo lo posible para ayudarlo a terminar el año escolar con una nota positiva. Yo sé que puede ser agobiado, especialmente para nuestros estudiantes en su ultimo año de Preparatoria, pero hay gente lista para ayudar. Es perfectamente aceptable, estar confundido y frustrado por lo que pasará con sus grados, y cómo va a graduar o prepararse para la universidad. Pero por favor aguanta. Si todos trabajamos juntos en este momento, podemos superar esto.

Aprender desde casa presentará retos, no solo para usted, sino también para sus maestros. Tenga en cuenta que ellos están trabajando duro para que esto sea lo más fácil posible para usted. No dude en comunicarse con sus maestros y compañeros de clase si algo no tiene sentido o parece particularmente difícil. Recuerde que esto es nuevo para todos nosotros. Sus maestros apreciarán los comentarios, hágales saber que tal están haciendo.

No tengas miedo de hacer preguntas. No tengas miedo de ayudar a otros que tengan preguntas. Vamos a asegurarnos de que estemos cuidando de nosotros mismos, y también a nuestros amigos, vecinos, y nuestras familias. Trate de recordar que todos están lidiando con esta situación a su manera. Un mensaje amistoso o una sonrisa ayudan mucho a alguien a sobrellevarlo. Tómese un minuto para compartir una broma o un video gracioso. Si se siente agobiado, asustado o deprimido, comuníquese con alguien. Hay muchas personas dispuestas a hablar contigo. Familiares, amigos, maestros, miembros de la iglesia o profesionales de la salud están dispuestos a escuchar.

Asegúrese de mantenerse activo todos los días. Use esto como una oportunidad para encontrar nuevas formas de ejercitar su cuerpo Y su mente. La primavera está aquí, asegúrese de salir y tomar un poco de sol y aire fresco. Si te encuentras aburrido o atrapado adentro, intenta encontrar nuevos programas o videos que exploren la ciencia, la cultura, la historia o los eventos actuales. Esta es una gran oportunidad para recargar su sentido de asombro y curiosidad. No tengas miedo de darte un reto a ti mismo. Mira cuántos libros puedes leer. Comparte ideas con tus amigos y compañeros de clase. Ver quien puede hacer mas

abdominales. Nuestro director de atletismo pronto proporcionará consejos en línea para mantenerse saludable y en forma en estos tiempos difíciles.

En general, recuerde que esta situación pasará. Mantenga una actitud positiva. Manténgase sano. Manténgase a salvo.

Somos los Osos de Kodiak. Estamos feroz y resilientes. Esto solo nos hará más fuertes.

Sinceramente,

Larry LeDoux,  
Superintendente