



NOTICIERO ESCOLAR RIDA — N° 21-2024—Del 26 al 04 de octubre

EDITORIAL



Con gran entusiasmo, les extendemos una cordial invitación a la inauguración de nuestras Olimpiadas escolares, un evento que celebra el esfuerzo, la dedicación y el trabajo en equipo de nuestros estudiantes. Este día será una oportunidad maravillosa para disfrutar juntos de la alegría y la emoción del deporte, y para alentar a nuestros jóvenes atletas en su camino hacia la superación personal.

Será un momento especial donde la comunidad se unirá para celebrar los logros y valores que las Olimpiadas representan: amistad, respeto y perseverancia.

Su presencia no solo apoyará a sus hijos, sino que también contribuirá a crear recuerdos imborrables y fortalecer el vínculo entre todos nosotros. Juntos, hagamos de este evento una experiencia llena de energía y entusiasmo.

¡Esperamos contar con su participación y que disfruten de un día inolvidable!



Encuentro de Matrimonios

"Un fin de semana inolvidable"

Un tiempo especial para fortalecer y restaurar
tu relación de pareja.
Tus hijos te lo agradecerán.

Sábado y Domingo | **5 y 6** | 2024
Octubre

Inscripciones en Secretaría del Colegio Schoenstatt y Mi Casita

NO PIERDAN ESTA HERMOSA OPORTUNIDAD...!!!

Será un tiempo especial para fortalecer y restaurar su relación de pareja.

Este Encuentro Matrimonial es una gran oportunidad para disfrutar de momentos especiales juntos. Es una excelente manera de aprender y compartir experiencias.

Pueden hacer su inscripción en las Secretarías de Nuestra Señora de Schoenstatt y en Mi Casita

Únanse a nosotros para compartir, aprender y celebrar el amor. ¡No se lo pierdan!



FELIZ CUMPLEAÑOS



Todos tus amigos y compañeros
te deseamos...

*¡Feliz
cumpleaños!*



COLEGIO PRIVADO
NUESTRA SEÑORA DE
SCHOENSTATTFORMANDO **Niños**
PROTAGONISTAS
DEL FUTURO

ROL DE COMPROBACIÓN DE CONOCIMIENTOS



BIMESTRE



Escanee el Código QR
para descargar el Rol de
Evaluaciones.

Escanear el Código QR o ingresar a la sección de NOTICIAS de la página web del colegio para ver o descargar el ROL de exámenes correspondientes al III Bimestre del 30/09 al 04/10 .

MONITOREO Y ACOMPAÑAMIENTO DOCENTE 2024



A lo largo del año académico llevamos a cabo y desarrollamos el Plan de Monitoreo y Acompañamiento Docente para todos nuestros maestros de inicial, primaria y secundaria. El objetivo es participar del proceso de enseñanza-aprendizaje, para recoger y analizar los procesos y productos pedagógicos de cada docente para la adecuada toma de decisiones y mejora de la calidad de sus prácticas pedagógicas y de gestión, y a partir de la evaluación cotidiana de su propia experiencia en función de lograr mayores niveles de rendimiento en nuestros estudiantes.

RINCÓN ECOLÓGICO



El Día Mundial de los Animales, celebrado el 4 de octubre, es una fecha especial para reflexionar sobre la importancia de proteger a todas las especies que habitan nuestro planeta. Este día nos invita a reconocer el papel fundamental que los animales desempeñan en nuestros ecosistemas y en nuestras vidas. Es una oportunidad para promover el bienestar animal, la conservación de sus hábitats y la conciencia sobre las amenazas que enfrentan.

PsicoEducando

Departamento de Psicología

**Departamento de Psicología****Manejo del estrés en estudiantes durante los exámenes**

El estrés durante los exámenes es una experiencia común para muchos estudiantes, especialmente en periodos de evaluación intensa. Aunque una cierta cantidad de estrés puede ser motivador, niveles elevados y persistentes pueden afectar negativamente el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes. Como psicóloga educativa, es fundamental proporcionar a los alumnos herramientas para manejar el estrés de manera efectiva, garantizando que puedan afrontar los exámenes con confianza y equilibrio.



Las causas del estrés en los estudiantes pueden variar, pero algunas de las más comunes son:

Presión por obtener buenos resultados: Las expectativas personales, familiares o escolares pueden generar una gran cantidad de ansiedad en los estudiantes.

Falta de preparación o tiempo: Sentirse poco preparado o con falta de tiempo para estudiar incrementa el estrés.

Miedo al fracaso: El temor a no cumplir con las expectativas o a decepcionar a los demás puede ser un factor importante de estrés.

El estrés puede tener efectos negativos en el rendimiento académico de los estudiantes. A nivel físico, puede provocar problemas de concentración, fatiga y malestar general, lo que reduce la capacidad de los estudiantes para rendir al máximo. A nivel emocional, el estrés prolongado puede generar sentimientos de ansiedad, inseguridad y frustración, afectando tanto su bienestar personal como su desempeño en los exámenes.

Estrategias para manejar el estrés durante los exámenes

La clave para reducir el estrés es estar bien preparado. Ayudar a los estudiantes a desarrollar un plan de estudio organizado, que incluya descansos y tiempo para revisar, les permitirá sentirse más seguros y menos abrumados.

Practicar ejercicios de respiración profunda o técnicas de relajación, como la meditación, puede ser una excelente herramienta para manejar la ansiedad antes y durante los exámenes. Estas técnicas ayudan a reducir la tensión física y mental.

Un buen descanso es esencial para el rendimiento cognitivo. Es importante que los estudiantes comprendan que quedarse estudiando toda la noche antes de un examen puede ser contraproducente y aumentar el estrés.

Es fundamental enseñar a los estudiantes a manejar el diálogo interno negativo. Frases como "no soy capaz" o "voy a fracasar" solo aumentan la ansiedad. En su lugar, deben reemplazar estos pensamientos con afirmaciones positivas, como "me he preparado bien" o "haré lo mejor que pueda".

Los docentes y las familias tienen un rol clave en el manejo del estrés de los estudiantes. Crear un ambiente de apoyo donde los estudiantes se sientan comprendidos y alentados es fundamental para reducir la presión que sienten. Además, es importante que tanto los padres como los maestros promuevan hábitos saludables de estudio, resaltando la importancia de equilibrar el tiempo de estudio con el descanso.

Manejar el estrés durante los exámenes no solo mejora el rendimiento académico, sino que también ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades para manejar la presión en otras áreas de sus vidas.

Lic. Eliana Barreto—Dep. de Psicología

Talleres de Psicología

AÑO	FECHA	TEMA
3º A Secundaria	Lunes 30/09	Procrastinación
5º A Secundaria	Lunes 23/09	Compañerismo y Comunicación Asertiva
4º A Secundaria	Miércoles 02/10	Orientación Vocacional



PAGO DE PENSIONES



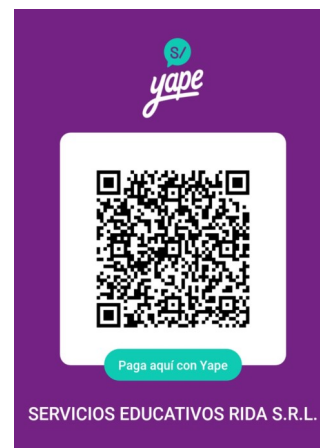
Les recordamos que las pensiones se pagan al fin de cada mes por lo que ya está por vencer

la pensión del mes de septiembre. Les pedimos su responsabilidad con este compromiso para poder cumplir con nuestras obligaciones. El pago lo pueden hacer en Secretaría de 9.00 a 1.00 pm o en cualquier agente o banco Scotiabank o BCP. Les envío el N° de cuenta de ambos bancos:

SCOTIABANK: 000-8987572

CCI: 009-408-00000-8987572-68

B.C.P. : 570-4209092-0-55



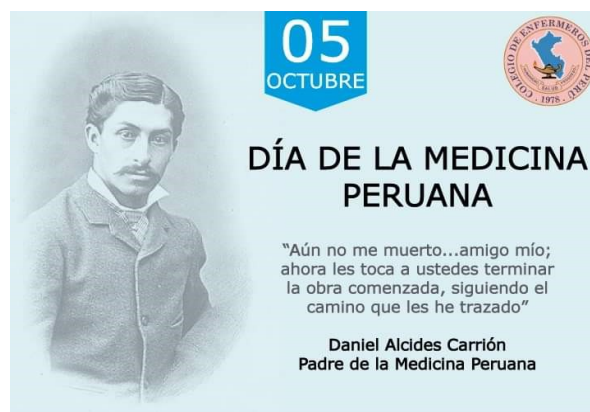
Felicitamos al Prof. David Vilchez Zagal, por su destacada labor en esta área tan importante para el desarrollo humano y a todos los alumnos que participan de nuestro Taller de Música 2024



¡Atención, padres y madres comprometidos!

Se acerca el momento de abrir las puertas hacia un futuro brillante para sus hijos: el proceso de admisión al Colegio 2025. Este es el momento perfecto para dar un paso audaz y garantizar que sus pequeños talentos florezcan en un ambiente educativo estimulante y lleno de oportunidades. Les invitamos a seguir formando parte de esta emocionante travesía. ¿Están listos para desafiar los límites y ofrecerles a sus hijos la educación que merecen? ¡No se queden atrás! Inscriban a sus hijos y formen parte de una comunidad que impulsa la creatividad, el pensamiento crítico y la pasión por aprender.

FECHAS CÍVICAS DE LA SEMANA



RINCÓN DE VIDA SALUDABLE

INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA
"Mi Casita"

COLEGIO PRIVADO
NUESTRA SEÑORA DE
SCHOENSTATT

FORMANDO **JUNTOS**
PROTAGONISTAS
DEL FUTURO

Qué hacer en época de **FRÍO**



Cubre nariz y boca,
y usa al menos tres
capas de ropa.



Vacúnate contra
influenza antes de la
temporada invernal.



Si usas calentadores
y/o chimeneas mantén
una ventilación
adecuada.

Evita cambios
bruscos
de temperatura.



Antes de dormir o salir, apaga
velas y anafres para evitar un
incendio o intoxicación por
monóxido de carbono.



Ingiere abundante
agua, frutas y
verduras con
vitamina A y C.



A y C



Si presentas algún malestar, acude al
Centro de Salud más cercano.

#LaPrevenciónEsNuestraFuerza