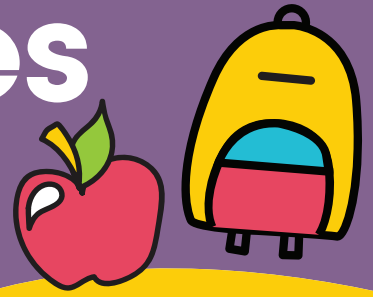


Regreso a clases

El regreso a clases puede generar muchas emociones. Estas herramientas te ayudarán a prepararte mentalmente para el próximo año escolar.



¿Cómo te sientes?

¿Qué te emociona al pensar en el regreso a clases?



¿Hay algún aspecto del regreso a clases que te genera nervios?



¿Qué te ayudaría a sentir que tienes todo lo necesario para empezar?



Lista para el regreso a clases

Marca todas las cosas que necesitas para empezar el año escolar:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Conseguir los útiles escolares. | <input type="checkbox"/> Practicar la rutina matutina. |
| <input type="checkbox"/> Organizar cómo ir y volver de la escuela. | <input type="checkbox"/> Etiquetar los artículos escolares. |
| <input type="checkbox"/> Acostumbrarse a un horario más temprano. | <input type="checkbox"/> Crear un plan para mantenerme seguro. |
| <input type="checkbox"/> Terminar la lista de actividades del verano. | <input type="checkbox"/> Conseguir el calendario escolar. |
| <input type="checkbox"/> Completar los formularios médicos. | <input type="checkbox"/> Hacer una lista de las cosas que hay que llevar el primer día de clases. |
| <input type="checkbox"/> Asistir a la orientación de la escuela. | |



Después del inicio de clases, comprueba cómo te va.

¿Qué salió bien en el regreso a clases?

¿En qué quieres mejorar?
