Durante los 3 días primieros dias de clase, se permitirá parquear para poder acompañar a su hij@.

ORGANIZACIÓN SEMANA 1 Y HORARIOS



DIA 1 - MIÉRCOLES 4 DE FEBRERO

ENTRADA : 7.40 AM

TOUTE PETITE SECTION (TPS/gabacha amarilla) : Ingreso por cada 20 minutos para conocer la profesora y la ASEM, entregar todos los materiales y luego se retiran.
PETITE SECTION (PS/gabacha roja): Ingreso por cada 15 minutos para conocer la profesora y la ASEM, entregar todos los materiales y luego se retiran.
MOYENNE SECTION (MS/ gabacha azul) y GRANDE SECTION (GS/gabacha verde): Los estudiantes de MS y GS ingresarán a las 7:40am. El primer día, los padres podrán acompañar a sus hijos hasta la puerta de la clase.

Sólo se permitirá el ingreso de dos acompañantes por niño y les pedimos llegar en lo posible en un carro y una vez el niño en su clase, salir para permitir el ingreso a otras familias en el parqueo.

SALIDA:
14.00 PM: MS, GS. Los padres podrán retirarlos en la puerta de cada clase.

JUEVES 05 Y VIERNES 06 DE FEBRERO

TPS y PS : Sólo asiste la mitad de la clase, la otra parte del grupo no asiste este día. Los niños citados ingresan a las 7:40am. Se enviará un comunicado por aparte a las familias de estos dos niveles.
Este día los niños podrán salir a las 11:15am. No obstante, las familias que deseen pueden retirarlos hasta las 2:00pm siempre y cuando el niño tenga almuerzo.
Si la familia desea que el niño salga 11:15am deben venir a recogerlos. No hay servicio de transporte a esa hora.
Es importante señalar que, en caso de utilizar el transporte escolar, sólo habrá servicio a la salida oficial (2:00pm).

MS y GS: Los niños tendrán horario de 7:40am a 2:00pm.

SEMANA DEL 09 DE FEBRERO

Las clases de TPS y PS tendrán horario de 7:40am a 11:15am. No obstante, la familia que desee podría dejar al menor hasta las 2:00pm (siempre y cuando le envíen almuerzo). A partir de la semana del 17 de febrero tendrán horario de 7:40am a 2:00pm.

Las clases de MS y GS tendrán horario normal a partir del 04 de febrero y hasta fin de año (7:40am a 2:00pm)

Se enviarán los grupos y horarios de turnos de los primeros dias para TPS y PS en interno.

Les recordamos la importancia de llegar a tiempo, para evitar que su hij@ esté estresado desde su inicio de jornada y también esperando al final del día.
Una buena organización en casa y tomar en cuenta el tráfico de la ciudad, les permitirá respetar los horarios de la escuela.



LYCÉE FRANCO-COSTARICIEN

Ciclo Lectivo 2026

Los acompañamos para que este incio de año sea lo más fluído posible. Tener rutina es la base de nuestro trabajo en cojunto

ALIMENTACIÓN Y SUEÑO

LA ALIMENTACIÓN: CLAVE PARA EL CRECIMIENTO Y LA SALUD



Una buena alimentación es esencial en la infancia: proporciona la energía y los nutrientes que los niños necesitan para crecer, aprender y jugar con vitalidad. Apostar por una dieta equilibrada, variada y nutritiva es una inversión en su bienestar presente y futuro.

En el marco de nuestro compromiso como escuela con la salud y el cuidado del medio ambiente, invitamos a las familias a preparar meriendas y almuerzos con alimentos frescos, naturales y poco procesados, reduciendo al máximo los productos con empaques plásticos.
Asimismo, les recordamos la importancia de incluir siempre una botella reutilizable con agua, fomentando la hidratación saludable.
Recomendaciones para fomentar buenos hábitos alimenticios:
Ofrezca comidas y meriendas en horarios regulares, limitando los “picoteos” fuera de tiempo.
Evite que los niños coman corriendo o jugando: sentarse a la mesa previene atragantamientos y enseña a disfrutar la comida con calma.
Haga de la comida un momento agradable: evite presionar a su hijo(a) para que coma más de lo que necesita y limite el uso de pantallas, favoreciendo la conversación familiar.
Dé el ejemplo: los niños imitan lo que ven. Si usted mantiene hábitos de alimentación saludable, su hijo(a) aprenderá naturalmente a hacer lo mismo.
Controle las porciones y el tipo de alimentos: demasiados bocadillos durante el día disminuyen el apetito en la hora de la comida principal.

Para más ideas y consejos prácticos, les invitamos a ver la grabación de la Escuela de Padres con la nutricionista Marisol Chavarría (2025).

¡EN EL FRANCO PROMOVEMOS LA ALIMENTACION SALUDABLE!

- Motivamos a las familias a enviar meriendas/ almuerzos saludables y en porciones adecuadas para los menores.
- Evitar los alimentas azucarados y/o ultra procesados
- La **CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS** en el nivel de maternelle, se hace bajo coordinación directa del docente de grupo, quien hace una celebración **mensual** con los cumpleañeros de ese periodo. Realizan un pastel en clase con ingredientes bajos en azúcar y tomando en consideración todas las restricciones alimentarias de los alumnos. Por lo anterior, queda prohibido el envío de pasteles y/o golosinas por parte de las familias.

EL SUEÑO: UN PILAR PARA EL BIENESTAR Y EL APRENDIZAJE

El sueño es fundamental para la salud y aún más durante la infancia, etapa en la que el cuerpo y el cerebro crecen y se desarrollan intensamente. Dormir bien no solo fortalece el sistema inmunológico, sino que también mejora la concentración, la memoria y el estado de ánimo, lo que favorece el aprendizaje en la escuela.

Aunque muchos niños se sientan ya “grandes”, siguen necesitando rutinas claras y el acompañamiento de los adultos para lograr un descanso reparador.
Recomendaciones para una buena rutina de sueño, basado sobre la Organización Mundial de la Salud:

⏱ **¿Cuántas horas deben dormir?**

2–3 años: 11–14 horas al día (incluye siestas).

3–5 años: 10–13 horas al día.
Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019).



ALIMENTACIÓN Y SUEÑO

Los acompañamos para que este incio de año sea lo más fluído posible. Tener rutina es la base de nuestro trabajo en conjunto



🌟 ¿Por qué es importante?

Mejora la atención, memoria y aprendizaje.

Reduce irritabilidad y favorece un mejor comportamiento.

Fortalece el sistema inmunológico.

Favorece el crecimiento físico y el desarrollo cerebral.

🛏️ Rutina de sueño en 9 pasos

Ambiente tranquilo: 30 min de actividades relajantes antes de dormir.

Sin pantallas: evitar tablets/TV 90 min antes.

Horario fijo: misma hora para dormir y despertar, incluso fines de semana.

Avisos previos: recordar la hora 30 min antes y luego 10 min antes.

Dar pequeñas elecciones: elegir pijama, cuento o peluche.

Rutinas diarias estables: comidas y juego a horarios similares.

Habitación adecuada: tranquila, oscura, ventilada y acogedora.

Cama solo para dormir: no usarla para jugar o ver TV.

Ritual relajante: cuento, música suave o una conversación afectuosa.

- La OMS recomienda que niños menores de 2 años no estén expuestos a pantallas recreativas (TV, tabletas, móviles).
- Para niños de 2 a 4 años, limita el tiempo de pantalla a 1 hora máxima al día de contenido de alta calidad, acompañado por un adulto.
- En niños de 6 años en adelante, no se establece un límite específico universal por la OMS, pero se recomienda fijar límites consistentes para que el uso recreativo de pantallas no interfiera con el sueño, la actividad física ni otras conductas saludables.
- El uso excesivo de pantallas puede alterar considerablemente el sueño, afectar la atención, la memoria y el desarrollo general.
- En cuanto a redes sociales (Instagram, TikTok, YouTube), aunque no hay una regla global de edad fijada por la OMS para su uso, muchos expertos y normativas nacionales recomiendan no permitirlas antes de los 13 años, o bien usarlas bajo supervisión y con restricciones claras.

Para más ideas y consejos prácticos, les invitamos a ver la grabación de la Escuela de Padres con la psícologa Ana Sofía Ruiz (2025).



TRANSPORTE Y PARQUEO

A continuación encontrarán algunas informaciones importantes para facilitarles el acceso al colegio.



USO DEL PARQUEO

ENTRADA
El parqueo abre a las 7:00 am. Los niños quedan bajo la responsabilidad de la familia hasta la apertura de los portones rojos de la maternelle, a las 7.10am

SALIDA
El parqueo abre a las 1:40pm
Se pide amablemente de que una vez que su hij@ haya salido, que salga de inmediato del parqueo con su vehiculo para evitar congestión.

El portón rojo de la maternelle se abre a la 1:50pm para el ingreso de las asistentes de bus y a las 2:00pm para que ingresen los padres de familia a retirar a los estudiantes en cada clase. Les agradecemos que ingresen máximo dos personas a retirar al alumno para evitar la aglomeración de personas en este nivel.

BRIGADA DE PADRES

Desde el año escolar 2023 existe la "brigada de padres", para apoyar como comunidad educativa el uso del parqueo y facilitar la zona de drop-off, siendo la mejor forma para asegurar un uso del parqueo fluído y respetuoso. Para participar, pueden contactarla al correo : **brigada.lfc@franco.ed.cr**

Este año 2026 se seguirá esta colaboración y queremos recordar a toda la comunidad estudiantil y a las familias los aspectos cruciales para mantener la eficiencia y la seguridad en el proceso de drop-off:

- Espera en la fila antes de bajar a los estudiantes: Solicitamos a los padres no bajar a los niños hasta llegar a los espacios del área de drop-off.
- No bajar a los estudiantes en otros lugares: Recordamos a los padres que los niños deben ser bajados únicamente en los espacios de drop-off designados, incluso si son estudiantes mayores. Se trata de la seguridad de nuestros estudiantes.
- Permanencia del chofer en el vehículo: Pedimos a los conductores no bajarse del vehículo. En caso de que los estudiantes necesiten ayuda con objetos pesados, los miembros de la brigada estarán encantados de colaborar.
- Ubicación de pertenencias: Les pedimos amablemente que coloquen los bultos y loncheras de los estudiantes en los asientos delanteros, en lugar de la cajuela.
- Optimización del espacio de drop-off: Aprovechemos al máximo el área de drop-off y la asistencia de los brigadistas para reservar el estacionamiento a aquellos que realmente necesitan descender con sus hijos.
- Les recordamos la importancia de llegar antes de las 7.40am, para que las clases puedan empezar a la hora y que los niños lleguen tranquilos.



Estudiantes que utilizan Transporte Estudiantil: Las busetas escolares se situarán en el parqueo #4. Las asistentes de transporte escolar serán las encargadas de llevar a los niños hasta su clase y recogerlos a la salida en las aulas, para llevarlos hasta la buseta.

MATERIAL Y UNIFORME

Nos faltan pocos días antes de iniciar!



UNIFORME

Los estudiantes de PREESCOLAR, portarán la gabacha del color que les corresponde, desde el primer día que se presenten en el Liceo y siempre que asistan a clases.

Color de la gabacha:

- TPS AMARILLA
- PS ROJO
- MS AZUL
- GS VERDE

La gabacha debe tener el escudo del Liceo, y únicamente el nombre del estudiante. Por debajo utilizarán ropa particular que sea cómoda y segura para la jornada escolar. Se recomienda el uso de zapatos deportivos, cerrados y fáciles de quitar/poner.

MATERIAL

El primer día de clases, las familias de maternelle deben llevar todos los materiales de la lista y entregar a la asistente y/o profesora de cada clase.

Lista de Materiales

Todos los materiales deben estar rotulados con el nombre del estudiante y solo se autorizará los materiales pedido por el colegio.

OBJETOS DE VALOR

La institución no se hace responsable por la pérdida o daño de objetos de valor, dispositivos electrónicos, relojes inteligentes, sumas de dinero elevadas u otros artículos que no sean necesarios para las actividades escolares.
Solo estará permitido el material solicitado al inicio del año escolar o indicado posteriormente por el equipo pedagógico.
Cualquier otro objeto, incluyendo juegos o juguetes, no estará autorizado dentro de la institución.





REUNIONES PADRES-PROFESORES

¡RESERVE EL ESPACIO EN SU AGENDA!



TPS - PS: lunes 16 de febrero 16h

GS: lunes 16 de febrero 17h

MS: miércoles 18 de febrero 16h

CP: miércoles 18 de febrero 5:00pm

CE1: martes 24 de febrero a las 4:00pm

CE2: martes 24 de febrero 5:00pm

CM1 : jueves 26 de febrero 4:00pm

CM2: jueves 26 de febrero 5:00pm



