

Going back to school

Two roles, one transition. What families can do before the first bell, and what educators can do in the first week — with tips from Hi Rasmus Ambassadors.

Page two is an “All about me” profile to fill out and share.

For families

THE WEEKS BEFORE

- ☐ Start the school-day wake-up and leaving-the-house routine one to two weeks early.
- ☐ Visit the school, classroom, or playground a few times before day one.
- ☐ Let your child choose their backpack, supplies, and lunch items.
- ☐ Put the new schedule somewhere visible — pictures, words, or both.
- ☐ Shift bedtime earlier in 15-minute steps rather than all at once.

THE FIRST DAY

- ☐ Send the teacher the “All about me” profile before day one.
- ☐ Keep the goodbye short, warm, and the same every morning.
- ☐ Pack familiar supports: headphones, a fidget, a comfort item, a snack.
- ☐ Say who is picking up and what pickup will look like.
- ☐ Expect some dysregulation after school — a first day is a big sensory event.

“Practice the new wake-up/leaving the house schedule routine for a week or two before school starts so that adjustment has already occurred!”

Emily Stead, BCBA, Ascend Behavior Partners
Hi Rasmus Ambassador

“Let them pick their back pack and school supplies. Let them help you pack their lunch ... ownership and choice makes a HUGE difference!!”

Mindy Rothstein, PhD, BCBA-D, LBA
Owner, The Behavior Guru
Hi Rasmus Ambassador

For educators

BEFORE STUDENTS ARRIVE

- ☐ Offer families a few visits to the building before the first day.
- ☐ Read what families send you, and note sensory and safety needs.
- ☐ Plan a predictable first-morning arrival routine.
- ☐ Send the profile home as a “Meet the teacher” activity if none arrives.
- ☐ Warn before fire drills where you can, and allow headphones.

THE FIRST WEEKS

- ☐ Reduce demands in week one and follow your students' lead.
- ☐ Use the first days to assess preferences — then use what you learn.
- ☐ Build rapport before pushing skill acquisition and academics.
- ☐ Give room for independence; let students try things on their own.
- ☐ Check in with families early, while first impressions are fresh.

“Focus on Pairing! ... Spend time the first week of school reducing demands, providing preferred items and activities, following your students' lead, and BRING THE FUN!”

Jaclyn Blachly, M.Ed., BCBA, Founder and CEO, Reveal Ability
Hi Rasmus Ambassador

“Slow down before you speed up. ... Building rapport isn't wasting time, it's one of the most important interventions we have.”

Christine Kaminska, BCBA, LBA, Owner, Behavioral Fluency
Hi Rasmus Ambassador

All about me

Contributed by Rosalyn Holmes, BCBA, CEO, Au-Some Teacher ABA

Keep it short, positive, and easy to scan. This is a relationship-building tool — it doesn't replace an IEP, behavior plan, health plan, or any required school documentation. Families can complete it, or teachers can send it home in the first week.



MY NAME

I LIKE TO BE CALLED

GRADE AND TEACHER

Things I love

Favorite topics, characters, foods, activities

Things I dislike or avoid

What tends to be hard, and what helps instead

How I communicate

How I share my wants, needs, and "no"

My strengths

Special interests and what I'm proud of

What helps me feel calm

Strategies, breaks, and people who help

My sensory preferences

Sounds, light, textures, movement, noise warnings

Allergies, medical, and safety information

Include anything staff should know on day one

What our family hopes for this year

One or two things

"Before school begins, give your child's teacher more than a list of needs—give them a welcoming introduction to the amazing person they are."

Rosalyn Holmes, BCBA, CEO, Au-Some Teacher ABA

Hi Rasmus Ambassador

El regreso a la escuela

Dos funciones, una misma transición. Lo que las familias pueden hacer antes del primer día, y lo que los educadores pueden hacer durante la primera semana, con consejos de los Embajadores de Hi Rasmus. La página siguiente es un perfil "Todo sobre mí" para completar y compartir.

Para las familias

LAS SEMANAS PREVIAS

- ☐ Comiencen la rutina de despertarse y salir de casa una o dos semanas antes.
- ☐ Visiten la escuela, el salón o el patio varias veces antes del primer día.
- ☐ Permitan que su hijo elija su mochila, sus útiles y su almuerzo.
- ☐ Coloquen el nuevo horario en un lugar visible, con imágenes, palabras o ambas.
- ☐ Adelanten la hora de dormir en pasos de 15 minutos, no de una sola vez.

EL PRIMER DÍA

- ☐ Envíen el perfil "Todo sobre mí" a la maestra o maestro antes del primer día.
- ☐ Mantengan la despedida breve, cariñosa e igual cada mañana.
- ☐ Empaquen apoyos familiares: audífonos, un juguete sensorial, un objeto de consuelo, una merienda.
- ☐ Expliquen quién lo va a recoger y cómo será la salida.
- ☐ Anticipen cierta desregulación después de la escuela; el primer día es mucha estimulación sensorial.

"Practiquen la nueva rutina de despertarse y salir de casa una o dos semanas antes de que empiece la escuela, para que el ajuste ya haya ocurrido."

Emily Stead, BCBA, Ascend Behavior Partners
Embajadora de Hi Rasmus

"Dejen que elijan su mochila y sus útiles escolares. Dejen que los ayuden a preparar su almuerzo ... la participación y la elección hacen una diferencia ENORME."

Mindy Rothstein, PhD, BCBA-D, LBA
Owner, The Behavior Guru
Embajadora de Hi Rasmus

Para los educadores

ANTES DE QUE LLEGUEN LOS ESTUDIANTES

- ☐ Ofrezcan a las familias varias visitas al edificio antes del primer día.
- ☐ Lean lo que las familias les envíen y anoten las necesidades sensoriales y de seguridad.
- ☐ Planifiquen una rutina de llegada predecible para la primera mañana.
- ☐ Si no reciben un perfil, envíen uno a casa como actividad para conocer a la maestra o maestro.
- ☐ Avisen antes de los simulacros de incendio cuando sea posible y permitan el uso de audífonos.

LAS PRIMERAS SEMANAS

- ☐ Reduzcan las exigencias la primera semana y sigan el ritmo de sus estudiantes.
- ☐ Usen los primeros días para evaluar preferencias, y luego apliquen lo aprendido.
- ☐ Construyan la relación antes de avanzar con habilidades y contenidos académicos.
- ☐ Den espacio a la independencia; permitan que intenten las cosas por sí mismos.
- ☐ Comuníquense con las familias temprano, mientras las primeras impresiones están frescas.

"¡Concéntrense en crear el vínculo! ... Dediquen la primera semana de escuela a reducir exigencias, ofrecer objetos y actividades preferidas, seguir el ritmo de sus estudiantes y ¡TRAER LA DIVERSIÓN!"

Jaclyn Blachly, M.Ed., BCBA, Founder and CEO, Reveal Ability
Embajadora de Hi Rasmus

"Vayan despacio antes de acelerar. ... Construir la relación no es perder el tiempo; es una de las intervenciones más importantes que tenemos."

Christine Kaminska, BCBA, LBA, Owner, Behavioral Fluency
Embajadora de Hi Rasmus

Todo sobre mí

Aportado por Rosalyn Holmes, BCBA, CEO, Au-Some Teacher ABA

Manténgalo breve, positivo y fácil de leer. Es una herramienta para construir la relación; no reemplaza un IEP, un plan de conducta, un plan de salud ni ninguna documentación escolar requerida. Las familias pueden completarlo, o los maestros pueden enviarlo a casa durante la primera semana.

Adjunte una foto reciente

MI NOMBRE

ME GUSTA QUE ME LLAMEN

GRADO Y MAESTRA O MAESTRO

Lo que me encanta

Temas, personajes, comidas y actividades favoritas

Lo que no me gusta o evito

Lo que suele ser difícil y lo que ayuda en su lugar

Cómo me comunico

Cómo expreso lo que quiero, lo que necesito y el "no"

Mis fortalezas

Intereses especiales y de qué estoy orgulloso

Lo que me ayuda a calmarme

Estrategias, descansos y personas que me ayudan

Mis preferencias sensoriales

Sonidos, luz, texturas, movimiento, avisos de ruido

Alergias e información médica y de seguridad

Incluya todo lo que el personal deba saber el primer día

Lo que nuestra familia espera de este año

Una o dos cosas

"Antes de que empiece la escuela, denle a la maestra o maestro de su hijo algo más que una lista de necesidades: denle una presentación cálida de la persona increíble que es."

Rosalyn Holmes, BCBA, CEO, Au-Some Teacher ABA
Embajadora de Hi Rasmus