

Ayudando a los Niños a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Niños a Salir Mejor en la Escuela



Septiembre 2021

Inicie a su hijo en el camino hacia la independencia

Con frecuencia, los padres quieren saber cuáles son las mejores maneras de ayudar a sus hijos con el trabajo escolar. Una de las cosas más importantes que usted puede hacer es enseñarle a su hijo a convertirse en un estudiante independiente.

A los escolares de primaria se les suele pedir que resuelvan problemas y busquen datos de estudio. Mientras hacen este trabajo, practican sus habilidades y refuerzan sus conocimientos. Para apoyar el esfuerzo de su hijo, primero dígame que:

- 1. Trate de responder** todas las preguntas por sí mismo. Debería comenzar con las respuestas que sabe, y saltarse las que le generen problemas.
- 2. Vuelva y piense** de nuevo en las preguntas cuyas respuestas no sabía inicialmente.

Solo después de hacer esto su hijo debería pedirle ayuda a usted. Si lo hace, recuerde que su objetivo no es que él simplemente escriba bien la respuesta. Usted quiere que aprenda cómo obtener la respuesta correcta él mismo.

Por eso, si su hijo le pregunta cómo se escribe *constitución*, no le diga la respuesta de inmediato. En cambio, pregúntele, “¿Dónde podrías encontrarlo?” Señale un diccionario o sus materiales de estudios sociales. Mostrarle cómo encontrar información no solo lo ayuda a aprender datos ahora, sino que lo prepara para aprender más en el futuro.



La asistencia es esencial

La pérdida de aprendizaje durante la pandemia es una de las principales preocupaciones para las familias y escuelas. Este año, los maestros harán lo posible para ayudar a los estudiantes a aprender y dominar las habilidades que necesitan. Su ayuda para garantizar la asistencia diaria de su hijo es fundamental, ya sea que aprenda de manera presencial o virtual. Contáctese con el maestro o el consejero escolar de su hijo si necesita ayuda para resolver cuestiones de asistencia.

Lea y hable sobre las palabras

Leerle en voz alta a su hijo lo expone a vocabulario que podría no aprender de otra manera. Esto lo ayuda a fortalecer la comprensión lectora. Cuando lea en voz alta:

- **Defina las palabras** desconocidas. ¿Puede su hijo pensar otras con significados similares?
- **Dele ejemplos** de cómo el significado de una palabra puede modificarse según su uso. *Alta* puede ser un sustantivo (*alta médica*) o un adjetivo (*persona alta*).



Escuchen las ciencias

Experimentar las ciencias con los sentidos puede aumentar el interés de los estudiantes. Aquí tiene una sugerencia de los maestros para ayudar a su hijo a *escuchar* las ciencias:



- 1. Busque algunas superficies** largas y planas en su casa, como una pared, una baranda o el piso. Dígame a su hijo que adivine qué material conducirá mejor el sonido.
- 2. Dígame que apoye** su oreja en una de las superficies.
- 3. Golpee la moneda** de manera continua a medida que se aleja de su hijo.
- 4. Repítanlo** con las otras superficies.

¿Llegó hasta más lejos en una superficie que en otra antes de que el sonido de la moneda se atenuó? ¿Cuál transmitió mejor el sonido?

Fuente: P. Barnes, “Low-Tech Scientific Exploration for Students at Home,” Edutopia.



Establezca un sistema de rutinas para ayudar a su hijo a organizarse

Las responsabilidades escolares este año serán más fáciles de manejar para su hijo —y para su familia— si establecen algunas rutinas y hábitos básicos.

Comiencen bien el año con estas estrategias:

- **Prepárese con anticipación.** Destine tiempo por la noche a ayudar a su hijo a prepararse para el día siguiente. Puede revisar los comunicados de la escuela, ayudar a su hijo a juntar y organizar los materiales que necesita para el día siguiente y seleccionar la ropa.
- **Haga una lista de control** matutina. Hacer las mismas cosas en el mismo orden todas las
- mañanas hace que sea menos probable que su hijo se olvide un paso.
- **Programe un tiempo de estudio** diario. Escoja la hora en la que su hijo tenga más energía y esté más motivado para hacer el trabajo escolar.
- **Ayude a su hijo** usar herramientas como calendarios y listas de recordatorio para verificar que tenga lo que necesita en el momento y en el lugar donde lo necesita.



¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a hacer amigos?

P: Mi hijo de primer grado es muy tímido y no entabla amistades con facilidad. Quiero que tenga amigos en la escuela para que le agrade asistir a ella. ¿Cómo puedo ayudarlo a sentirse más cómodo al hacerlo?

R: Algunos niños tienen mucha confianza a nivel social. Pero otros no. Las precauciones por la pandemia podrían hacer que el acercamiento a los compañeros de clase sea más intimidante. Si bien usted no puede cambiar la personalidad de su hijo, sí puede desarrollar su confianza al interactuar con otros.

Para ayudar a su hijo a practicar sus habilidades sociales:

- **Practiquen cosas para decir.** Diga, "Finjamos que estás en el recreo. Juana y Matilda están jugando a un juego y quieres sumarte. ¿Qué podrías decir?" Primero, finja ser su hijo y deje que él finja ser otro niño. Luego intercambien roles. Si su hijo está aprendiendo de manera virtual, practiquen cosas que les podría decir a sus compañeros durante los descansos virtuales. "Me agrada tu camisa de unicornios. ¿A ti también te agradan los ponis?"
- **Lean sobre la amistad.** Hablen sobre lo que hacen los buenos amigos, y lo que no hacen. Mientras su hijo piensa en qué caracteriza a un buen amigo, puede comenzar a pensar en alguien de su clase que parezca encajar en ese perfil.
- **Use sus intereses.** A su hijo, ¿le agrada el arte? ¿Los deportes? Busque actividades, clases y equipos presenciales o virtuales que estén disponibles en el lugar donde viven. Practicar las habilidades que disfruta con niños que también las disfrutan puede hacer que le resulte más fácil hacer amigos. El éxito le dará más confianza que puede utilizar en la escuela.



10 cosas para hacer juntos si tienen 10 minutos libres

Participar con frecuencia en la educación de su hijo es importante. Pero no siempre debe destinarle mucho de tiempo. En 10 minutos podría:

1. **Escuchar** a su hijo y responderle cuando habla sobre la escuela.
2. **Ayudar** a su hijo a estudiar deletreo u operaciones matemáticas.
3. **Compartir** una canción o un poema favorito.
4. **Buscar** una palabra en el diccionario.
5. **Hablar** sobre las noticias diarias.
6. **Buscar** en un mapa los lugares que se mencionan en las noticias.
7. **Revisar** los trabajos de su hijo.
8. **Practicar** un trabalenguas.
9. **Mirar** un animal o pájaro en la naturaleza.
10. **Inventar** un cuento chistoso.



Siga una rutina de sueño

La falta de sueño afecta la habilidad de su hijo de planificar, resolver problemas, controlar su humor y comportamiento, enfocarse y prestar atención, y retener información: habilidades escolares fundamentales.

Los niños de primaria necesitan dormir entre nueve y 12 horas por noche para rendir su máximo. Ahora es el momento de establecer una rutina nocturna que ayude a su hijo a relajarse y acostarse a tiempo para dormir suficiente para aprender.

Fuente: "Healthy Sleep Habits: How Many Hours Does Your Child Need?" American Academy of Pediatrics.

Espere respeto de su hijo

Sin importar el formato de las clases, el comportamiento respetuoso ayuda a los maestros a enseñar y a los estudiantes a aprender. Hable con su hijo sobre la importancia de:

- **Hablar de manera cortés:** debe levantar la mano antes de hablar, y escuchar a los demás.
- **Seguir instrucciones:** debe prestar atención y entregar sus trabajos a tiempo.
- **Aceptar las devoluciones** que le hagan de manera positiva.

Cuestionario Para Padres

¿Está inculcando resiliencia en su hijo?

Algunos padres quieren proteger a sus hijos para que nunca experimenten dificultades o fracasos. Pero superar desafíos enseña lecciones valiosas. ¿Está ayudando a su hijo a adquirir resiliencia? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Hablan** del hecho de que a veces suceden cosas inesperadas? ¿Comentan maneras positivas de reaccionar cuando suceden?
2. **¿Le da** tiempo a su hijo para que resuelva algunos problemas por sí mismo antes de ofrecerle ayuda?
3. **¿Le brinda** perspectiva a su hijo cuando está decepcionado? "No obtuviste una A, ¡pero sacaste una calificación más alta que la última vez!"
4. **¿Anima** a su hijo a pensar en qué puede hacer diferente la próxima vez?

5. **¿Demuestra** usted resiliencia cuando las cosas no salen bien?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a abordar los reveses y seguir adelante. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

"Los desafíos hacen la vida interesante, y superarlos hace la vida significativa".
—Joshua J. Marine

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1056