Septiembre 2021
Vol. 33, No. 1

Escuela Primaria Los Padres™ ¡hacen la diferencia!



Comience el nuevo año escolar enfocándose en la asistencia

Las ausencias dañan el éxito académico. Lamentablemente, más de siete millones de estudiantes en los EE.UU. pierden al menos tres semanas de clases cada año lectivo. La pandemia aumentó las ausencias, dado que los estudiantes tuvieron dificultades con el aprendizaje híbrido y remoto el año pasado.

Cuando los estudiantes faltan o llegan tarde a clase, *todos* sufren. Los maestros le dedican tiempo a reunir el trabajo de recuperación y volver a enseñar el contenido. Mientras tanto, los demás estudiantes —que están listos para aprender— deben esperar.

La responsabilidad escolar más fundamental para su hijo es comenzar las clases puntualmente todos los días, ya sea de forma presencial o virtual.

Para ayudar a su hijo:

- **Siga un cronograma.** Establezca hábitos vespertinos y matutinos que ayuden a su hijo a estar preparado. Escoja la ropa y reúna los materiales para la escuela por la noche.
- **Arme su cronograma con cuidado.** De ser posible, pida citas médicas y de otros tipos fuera del horario escolar. La escuela también debería ser una prioridad al planear viajes familiares. Y si su hijo debe faltar a la escuela, trabaje con el maestro para que complete el trabajo de recuperación.
- **Pida ayuda cuando sea necesario.** Muchos factores contribuyen a que un niño falte a la escuela. Si su familia tiene problemas de salud, transporte, trabajo, cuidado de niños o de otro tipo, hable con el personal de la escuela. Nuestro objetivo común es ayudar a los niños a dar lo mejor de sí mismos en la escuela.

Fuente: P.W. Jordan y R. Miller, *Who's In: Chronic Absenteeism under the Every Student Succeeds Act*, FutureEd

Todos los padres pueden participar en la educación



Si el inglés no es su lengua materna, es posible que dude en participar en la escuela. ¡Pero no deje que eso lo detenga! Hay muchas maneras de participar en la educación de su hijo, independientemente del idioma que hable. Estas son algunas de ellas:

- **Asista a las reuniones de padres** y otros acontecimientos para las familias. No tenga miedo de pedir documentos traducidos. O pídale a un amigo que hable su idioma e inglés que lo ayude a interpretar lo que están diciendo.
- **Pregúntele al maestro** qué puede hacer para ayudar. Lo más importante que puede hacer para ayudar a su hijo puede hacerse en cualquier idioma: Hágale preguntas a su hijo sobre la escuela. Establezca un horario fijo para hacer la tarea. Anime a su hijo a leer todos los días.
- **Conéctese con otros padres.** Forme un grupo para compartir ideas y oportunidades para mejorar la comunicación. Comenten de qué manera podrían trabajar en conjunto con la escuela para ayudar al personal a satisfacer las necesidades de todos los estudiantes y sus familias.

Copyright © 2021, The Parent Institute®

Copyright © 2021, The Parent Institute®

Ayude a su hijo a adquirir conciencia social y a apreciar la diversidad



La consciencia social les permite a los niños sentir compasión por los demás, incluso cuando su origen y su cultura son diferentes. Es importante que los niños consideren que todos somos iguales y que acepten y reconozcan las fortalezas de las personas de todas las razas, los grupos étnicos, las religiones y las capacidades.

Para guiar a su hijo:

- **Recuerde** que enseña con el ejemplo. ¿Ha formado opiniones sobre las personas según el color de su piel, su religión o su cultura? Si es así, tal vez su hijo haya hecho lo mismo.
- **Hable** sobre el origen de su familia. A menos que usted sea un nativo americano, alguien de su familia vino aquí desde otro país. Recuérdele a su hijo que, en algún momento, todos han tenido dificultades para adaptarse.
- **Dígale** a su hijo que nunca está bien juzgar, insultar o tratar mal a alguien por su aspecto o sus orígenes.
- **Hable** sobre el prejuicio y los estereotipos. Ayude a su hijo a reconocer esos comportamientos cuando los vea.
- **Explíquele** que las reglas y las leyes no siempre han tratado a todos de manera justa y que estamos intentando cambiarlo.
- **Dele la bienvenida** a personas de distintos orígenes a su vida familiar. Anime a su hijo a hacer lo mismo.

"Es hora de que los padres les enseñen a los jóvenes desde el principio que en la diversidad hay belleza y hay fuerza".

—Maya Angelou

Cuando los padres hablan menos, ¡los niños escuchan más!



Cuando su hijo era más pequeño, necesitaba escucharlo a usted hablar mucho. Esa es la manera en la que aprendió el idioma que describe el mundo que lo rodea.

Ahora que él es mayor, necesita una narración mucho menos repetitiva. Sin embargo, muchos padres de estudiantes de primaria hablan sin parar, incluso si sus hijos escuchan cada vez menos.

Por supuesto, está bien que siga hablando con su hijo sobre su día. Es importante tener conversaciones sobre lo que hizo en la escuela y sobre lo que está pensando. Pero si usted es como la mayoría de los padres, le agradará dedicarle menos tiempo a hablar sobre si es la hora de alimentar a las mascotas o si su ropa sigue desparramada por el piso de su habitación.

Los expertos han identificado tres estrategias para ayudar a los padres a comunicarse eficazmente con sus hijos.

1. **Haga pedidos con poca frecuencia.** En la medida de lo posible, ayude a su hijo a desarrollar rutinas regulares para cosas como hacer las tareas escolares y domésticas. Las rutinas reducen la necesidad de insistir.
2. **Mantenga el volumen bajo.** Su hijo no lo escucha con más claridad si grita. De hecho, probablemente deje de escucharlo.
3. **Sea conciso.** Cuando le tiene que dar instrucciones a su hijo, limite la cantidad de palabras que usa. Entonces, en lugar de decir "Javier, necesito que entres el carro. No olvides tu mochila. ¿Tienes la tarea?", intente decir "Tarea y mochila en el carro, por favor".

¿Le está enseñando a su hijo a ser una persona resiliente?



Todos los niños enfrentan obstáculos. Fomentar la resiliencia ayuda a los niños a superarlos. Los estudiantes resilientes se enfrentan a las dificultades de una manera positiva, tanto en casa como en la escuela.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si usted está ayudando a su hijo a desarrollar la resiliencia:

___**1. ¿Le da** a su hijo muchas oportunidades para tomar decisiones? Es una habilidad que mejora con la práctica.

___**2. ¿Escucha** a su hijo cuando está intentando tomar una decisión sin resolver el problema por él?

___**3. ¿Habla** con su hijo sobre cómo encontrar una solución al enfrentar un problema?

___**4. ¿Habla** sobre las fortalezas de su hijo y lo anima a usarlas cuando se enfrenta a dificultades?

___**5. ¿Le recuerda** a su hijo cómo él manejó situaciones difíciles en el pasado de forma exitosa?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a ser más resiliente. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea del cuestionario.

Escuela Primaria Los Padres ¡hacen la diferencia!™

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1313

Para obtener información llame o escriba a: The Parent Institute®, 1-800-756-5525, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474. Fax: 1-800-216-3667. O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2021, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidades.
Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2021, The Parent Institute®

Las reuniones familiares fomentan la comunicación y la cercanía



La pandemia alteró la vida diaria de las familias de todo el mundo. La distancia social, las interrupciones en las rutinas escolares y laborales y una sensación general de incertidumbre suman estrés a la vida familiar. Por suerte, las reuniones familiares son una manera eficaz de que los miembros de la familia contrarresten el estrés conectándose, abordando sus preocupaciones y divirtiéndose.

Para lograr reuniones familiares exitosas:

- **Reúnanse periódicamente** en un horario conveniente. Por ejemplo, los martes después de cenar, mientras comen el postre.
- **Asegúrense de que las reuniones** sean breves, de aproximadamente 30 minutos o menos. (Pero si la familia se está divirtiendo, ¡no la interrumpan!)
- **Los padres deben dirigir la reunión.** Deben asegurarse de que se sigan las reglas y deben tener la última palabra con respecto a las decisiones importantes.
- **Designe a alguien** para que tome apuntes en cada reunión. Esto ayudará a todos a recordar lo que se abordó y lo que se decidió.
- **Comenten las novedades familiares,** las preocupaciones, los objetivos y los logros. Recompense los logros.
- **Deles a todos** la oportunidad de hablar. Nadie debe interrumpir a nadie. La opinión de todos merece ser respetada.
- **No use las reuniones** como un momento para criticar. Los problemas de disciplina deben abordarse por separado.
- **Incluya una actividad divertida.** Jueguen a un juego breve, canten una canción o aprendan un trabalenguas.
- **Haga una lluvia de ideas** sobre maneras de mejorar las reuniones. Pregúnteles a los miembros de la familia cómo piensan que estuvo la reunión y vea si hay sugerencias para mejorarla.

Mejore el vocabulario de su hijo con estas cinco estrategias



Leer en casa es una de las mejores maneras de ampliar el vocabulario de su hijo. Eso es porque la lectura expone a su hijo a ideas, conceptos y palabras nuevas.

Estas son cinco estrategias eficaces enriquecer el vocabulario de su hijo:

1. **Léale distintos tipos** de libros a su hijo. Si suele leerle ficción, vaya a la biblioteca y busque un libro que explique cómo funciona algo. Alquile un libro sobre un deporte o una actividad que su hijo disfrute. O lea la biografía de una persona que admire.
2. **Busque palabras** que su hijo podría no saber mientras lee. "Aquí dice que George Washington estudió para convertirse en *agrimensor*. ¿Qué te parece que significa esa palabra?"
3. **Preste atención a las palabras** nuevas mientras miran televisión. Los programas de noticias suelen incluir palabras que su hijo tal vez no sepa. "¿Has escuchado alguna vez la palabra *tsunami*? Busquémosla para ver qué significa".
4. **Consulte un diccionario** de sinónimos. Encuentre los sinónimos de palabras que su hijo usa con frecuencia al escribir o al hablar.
5. **Ayude a su hijo** a crear su propio diccionario. Lo único que necesita es un cuaderno con una página para cada letra. Cuando su hijo descubra una palabra nueva que quiera recordar, dígale que la escriba en el cuaderno junto con su definición. Repase las palabras de vez en cuando.

Questions & Answers

P: Mi hijo pasa horas jugando a juegos en internet. Desde el momento en el que se despierta hasta que se va a dormir quiere jugar a uno de sus juegos. Hace sus tareas escolares con prisa y me preocupa que eso afecte sus calificaciones. ¿Cómo puedo hacer para que comience a vivir en el mundo real otra vez?

R: Si se usan responsablemente, los juegos en internet pueden ser una manera divertida de relajarse para los niños. Algunos juegos promueven la actividad física, algunos fomentan el juego con otros niños y otros incluso desarrollan habilidades académicas importantes.

Sin embargo, los estudios muestran que los niños cada vez pasan más tiempo frente a las pantallas con fines recreativos. Y esa cantidad de tiempo aumentó drásticamente en los últimos 18 meses por la pandemia.

Los diseñadores de videojuegos saben cómo crear juegos que mantengan a los jugadores enganchados. Pero no debe permitir que los juegos en internet interfieran con las responsabilidades de su hijo, sus calificaciones o la cantidad de tiempo que pasa con sus amigos y su familia.

La Academia Americana de Pediatría anima a los padres a establecer límites de tiempo frente a la pantalla, y el comienzo de un nuevo año lectivo es el momento perfecto para hacerlo. Siga estos pasos:

- **Hable con su hijo** y dígale que limitará la cantidad de tiempo que pasa en línea.
- **Establezca horarios** en los que nunca esté permitido jugar a juegos en internet, como durante la hora de hacer la tarea, la hora de comer y la hora de estar en familia.
- **Dé alternativas.** Planifique actividades familiares, como leer en voz alta, dar un paseo o jugar a un juego de mesa. Todas estas opciones reemplazarán parte del tiempo que su hijo pasa frente a la pantalla por actividades más productivas.

Copyright © 2021, The Parent Institute®

Enfoque: la responsabilidad

Hacer tareas domésticas enseña habilidades útiles



Hay beneficios significativos para los niños que hacen tareas domésticas, y esos beneficios se reflejan en la escuela.

Las tareas domésticas ayudan a los niños a:

- **Convertirse en "accionistas".** Cuando su hijo hace alguna de las tareas que mantienen el hogar en funcionamiento, está haciendo una inversión en su hogar. Es menos probable que un niño que barrió el vestíbulo de entrada lo recorra con los botines de fútbol embarrados.
- **Desarrollar habilidades.** Cada vez que le da a su hijo una tarea doméstica nueva, aprende cómo hacerla y también aprende habilidades que usará a lo largo de su vida.
- **Comprender que el mundo** no gira a su alrededor. Todos conocemos personas que esperan que otros limpien su propio desorden. Su hijo no se convertirá en una de esas personas cuando crezca.
- **Aprender a trabajar con otros.** Si tiene más de un hijo, pídales que hagan una tarea juntos. O anímelos a crear una tabla de tareas domésticas semanales y alternar responsabilidades.
- **Desarrollar la autodisciplina.** A lo largo de su vida, su hijo tendrá que hacer muchas cosas aunque no quiera.
- **Desarrollar un sentido de orgullo.** Si su hijo es responsable de lavar su ropa, tener una pila de camisas limpias es un logro. Puede enorgullecerse por su logro.
- **Darse cuenta de que ellos son** una parte muy importante de la familia. Su hijo sabrá que está ayudando a que su hogar funcione adecuadamente.

Cómo ayudar a su hijo a asumir la responsabilidad de su aprendizaje

Mientras su hijo sea un estudiante, su trabajo consiste en aprender. Para hacerlo bien, es necesario que aprenda de manera activa y también que actúe en lugar de simplemente escuchar.

Anime a su hijo a:

1. **Estar preparado.** No basta con simplemente asistir a clase. También es importante dormir bien por la noche, tomar un desayuno nutritivo y hacer los trabajos.
2. **Participar en los debates.** Su hijo debería hacer preguntas, dar opiniones e intercambiar ideas con otros niños de su clase.
3. **Mantenerse organizado.** Ayude a su hijo a crear un sistema para organizar sus trabajos y otros materiales. Dígale que les pida el teléfono a algunos de sus compañeros de clase. Si falta a una clase, podrá llamar a alguien para averiguar qué se perdió.



4. **Ser perseverante.** Ayude a su estudiante mientras hace sus trabajos y estudia para los exámenes. Muéstrele que usted confía en su capacidad. Hágale saber que sus esfuerzos valdrán la pena.

El respeto es esencial para lograr un entorno de aprendizaje positivo



Cuando los estudiantes respetan a sus maestros y compañeros, pueden construir el ambiente académico positivo que necesitan todos los niños para alcanzar el éxito.

Para promover un comportamiento respetuoso:

- **Hable sobre el respeto.** ¿Qué es? ¿Por qué es importante? ¿Qué se siente cuando te tratan con respecto o cuando te faltan el respeto?
- **Sea un buen modelo a seguir.** Haga lo que quiere que su hijo haga. Si quiere que diga *por favor* cuando pide algo, recuerde decir *por favor* usted también. Si quiere que golpee la puerta antes de entrar a su habitación, haga lo mismo cuando entre a la de él.
- **Haga críticas constructivas.** Cuando necesite corregir a su hijo, hágalo en privado y con respeto. "La próxima vez, por favor sostén la puerta para que pase el abuelo. Eso hará que le resulte más fácil entrar".
- **Fíjese en los momentos** en los que su hijo es respetuoso. "Escuchaste al entrenador incluso cuando los demás jugadores estaban bromeando. Me sorprendió gratamente".