

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Diciembre 2022

Haga énfasis en que su hijo puede aprender y volverse más inteligente

Es probable que a su hijo le resulte más difícil aprender ciertos conceptos o temas que otros; a la mayoría de los estudiantes les sucede eso. La respuesta de su hijo frente a una dificultad de aprendizaje afectará sus resultados.

Ayude a su hijo a desarrollar lo que los investigadores denominan una *mentalidad de crecimiento*. Esto significa que los estudiantes creen que, incluso si no entienden algo ahora, podrán aprenderlo en el futuro y volverse más inteligentes si siguen intentando. Cuando un concepto es confuso, estos niños no dicen "Las ciencias (o las matemáticas o la gramática) no son lo mío" y se dan por vencido. En cambio, dicen "Esta es una dificultad, y yo puedo hacer cosas difíciles".



Para ayudar a su hijo de primaria a desarrollar esa perspectiva:

- **Dé un buen ejemplo.** Su ejemplo influye sobre la mentalidad de su hijo.
- **Explíquelo que no hay límites** para la inteligencia que puede desarrollar. El cerebro es como un músculo que puede fortalecerse.
- **Anime a su hijo a hacer una lluvia de ideas** de estrategias para probar si algo no funciona. Podría volver a leer las instrucciones, buscar un video explicativo en internet, pedirle ayuda al maestro, etc.
- **Felicite a su hijo por el esfuerzo.** "Eso era difícil, pero seguiste intentando hasta que lo lograste. Y ahora sabrás cómo hacerlo la próxima vez".

Fuente: C. Cornwall, "How to Instill a 'Growth Mindset' in Kids, U.S. News.



Fomente el sentimiento de gratitud con un proyecto de escritura

Las investigaciones sugieren que los sentimientos de gratitud se relacionan con una mayor felicidad y satisfacción en la escuela.

Ayude a su escolar de primaria a pensar en la gratitud con un proyecto de escritura. Una tarde relajada, dele a su hijo una hoja. Luego dígame que:

- **Piense en cosas** que hagan que la vida sea mejor o que no querría que le faltaran.
- **Escriba una cosa** en la parte superior de una hoja. Podría escribir: "Estoy agradecido por tener a mi perro".

- **Enumere los motivos** por los que se siente agradecido por eso. Por ejemplo, podría disfrutar de la compañía de su perro en la noche. O tal vez le agrade que lo reciba moviendo la cola cuando vuelve de la escuela.
- **Ilustre las ideas** en la lista.

Repita esta actividad una vez por mes; ¡la gratitud no es solo por un día!

Fuente: S. Allen, Ph.D., "The Science of Gratitude," Greater Good Science Center, UC Berkeley.

Practiquen juntos términos matemáticos

Dominar las matemáticas implica aprender las palabras relacionadas con las matemáticas (*cociente, producto, etc.*), además de números y fórmulas. Para ayudar a su hijo a hacerlo:

- **Jueguen a Concentración matemática.** Escriba un término matemático en una tarjeta. Escriba la definición en otra. Repítalo con varios términos. Mezcle las tarjetas y colóquelas boca abajo. Túrñense para dar vueltas dos tarjetas e intentar formar una pareja.
- **Combinen palabras e imágenes.** Su hijo podría escribir la palabra *circunferencia* alrededor del borde de un círculo.
- **Hagan conexiones.** Muchos términos tienen la misma raíz. Dígame que hay 100 centavos en un dólar, 100 unidades en una centena y 100 centímetros en un metro.

Ofrézcale su tiempo a su hijo

Una de las mejores maneras de influir en el comportamiento de su hijo es simple: pasar tiempo juntos. Cuantos más momentos tranquilos compartan, más tiempo tendrá para hablar de sus valores y darle el ejemplo del comportamiento positivo. Este mes, tómese unos minutos para:



- **Admirar** juntos una exposición colorida.
- **Pedirle** a su hijo que lo ayude a reparar algo.
- **Observar** a la gente durante una caminata.

Evite congelar el aprendizaje

Las vacaciones de invierno son un descanso de las rutinas escolares. Pero el aprendizaje puede continuar en cualquier lugar y momento. Para fomentarlo durante el receso escolar:



- **Piensen maneras** en que su familia puede ayudar a los más necesitados.
- **Pídale a su hijo que entreviste** a los miembros familiares mayores y les pregunte sobre el pasado.
- **Lean juntos un libro** en el que se base una película. Luego miren la película. Hablen sobre las similitudes y las diferencias.



DyR ¿Cómo cambiar la actitud negativa hacia la escuela?

P: Mi hijo se ha estado quejando sobre la escuela. He escuchado “la odio” más de una vez. No estoy seguro de qué tan en serio tomarlo. ¿Cómo debería responder?

R: A veces, los niños dicen que odian la escuela cuando, en realidad, lo que buscan es atención o la oportunidad de desahogarse o posponer el trabajo. El sentimiento es temporal, y no odian realmente la escuela. Sin embargo, como su hijo ha dicho esto más de una vez, es importante descubrir por qué.

Estos son cinco pasos que puede seguir:

- 1. Escoja un momento** en el que usted y su hijo estén tranquilos para iniciar una conversación. “Dijiste que odias la escuela un par de veces. ¿Qué te está haciendo sentir de esa manera?”
- 2. Escuche con atención** las respuestas de su hijo. No intente cambiarlas. Haga nuevas preguntas si su hijo no logra identificar el problema. ¿Hay una materia que le resulta muy difícil? ¿Hay niños que lo tratan mal en el autobús?
- 3. Ayude a su hijo a pensar** en medidas que podría tomar. Por ejemplo, si le cuestan las matemáticas, su hijo podría dedicarle más tiempo estudiar esa materia todos los días y anotar las preguntas que tiene para el maestro.
- 4. Recuérdele a su hijo** que casi todas las situaciones tienen cosas positivas y cosas negativas. Pregúntele a su hijo qué es lo que más le agrada sobre la escuela.
- 5. Hable con el maestro de su hijo.** Explíquele cómo se siente su hijo y pídale sugerencias y ayuda. Planifiquen el seguimiento para ver qué cosas funcionan.



Cuestionario Para Padres

¿Le enseña a su hijo a administrar el tiempo?

A los estudiantes les lleva tiempo desarrollar las habilidades de administración del tiempo que impulsan el éxito en la escuela y en la vida. Los estudiantes de primaria están en la edad indicada para empezar. ¿Está ayudando a su hijo a aprender a usar su tiempo con sensatez? Responda *sí* o *no* a continuación:

- 1. ¿Ayuda** a su hijo a crear cronogramas de estudio y ajustarlos según sea necesario?
- 2. ¿Le muestra** a su hijo cómo usar un calendario para llevar un registro de las fechas de entrega y de los compromisos?
- 3. ¿Mantiene** un equilibrio en el cronograma de su hijo? Los niños necesitan tiempo para hacer ejercicio, dormir y pasar tiempo en familia.
- 4. ¿Anima** a su hijo a empezar con tiempo a trabajar en los proyectos a largo plazo y a dividirlos en partes más pequeñas?
- 5. ¿Le dice** a su hijo que calcule cuánto tiempo le llevan las tareas?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron sí, usted le está mostrando a su hijo técnicas para aprovechar el tiempo al máximo. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

“Un plan es qué, un cronograma es cuándo. Se necesita tanto un plan como un cronograma para lograr completar tareas”.
—Peter Turla

Fijen metas de aprendizaje para el año 2023

¿En qué áreas desearía que su hijo mejorara durante la segunda mitad del año? ¿Qué puede hacer su estudiante para lograrlo? Ayude a su hijo a establecer algunas metas específicas, realistas y medibles. Luego, apóyelo. Si su hijo se equivoca, diga “No alcanzar la meta una vez no significa que no puedas volver a encarrilarte”.

Ofrézcale a su hijo maneras divertidas de leer

Los estudiantes fortalecen sus habilidades de lectura cuando leen con frecuencia. Fomente la lectura frecuente con actividades de lectura amenas. Podrían:



- **Seguir los acontecimientos actuales.** ¿Hay alguna noticia en desarrollo que le interese a su hijo? Lea las últimas novedades.
- **Inscribir a su hijo** a un programa de amigos por correspondencia. Pregúntele a un maestro o bibliotecario cómo participar.
- **Escuchar audiolibros.** Su hijo debería seguir la lectura en un libro impreso mientras escucha.
- **Dar cupones de lectura.** Algunos podrían equivaler a 30 minutos de lectura con usted. Otros podrían servir para canjearlos por un libro nuevo.

Planee reuniones familiares

Las reuniones familiares fomentan la comunicación y ayudan a su hijo a aprender habilidades clave para la escuela y para la vida, como la responsabilidad, la negociación y la cooperación. Para lograr reuniones eficaces:

- **Reúnanse con frecuencia,** una vez por semana o cada dos semanas.
- **Creen una agenda.** Pregúntele a los miembros familiares sobre qué ideas y problemas quieren conversar. Incluya tiempo para hablar sobre los logros.
- **Piensen posibles soluciones.** Asegúrese de que todos tengan la posibilidad de hablar. Los padres deberían tener la última palabra.
- **Anote las decisiones.** Evalúe cómo están trabajando en futuras reuniones.

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.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2022, 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.com2