

# Ayudando a los Niños a Aprender

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



Abril 2024

Antioch Elementary School

## Ayude a su hijo a avanzar después de un contratiempo

Es importante que los estudiantes aprendan a recuperarse de los contratiempos, porque les suceden a todos en algún momento.

Su reacción frente a un fracaso o un contratiempo puede ayudar a su hijo a avanzar y alcanzar el éxito académico. Para ayudar a su hijo a recuperarse:

- **Elogie lo que pueda.** La calificación de un examen podría ser baja, pero aun así podría decirle "Ey, ¡obtuviste más respuestas correctas que incorrectas!"
- **Comente qué es lo que su hijo** puede aprender de la situación. Hagan una lluvia de ideas juntos de qué podría hacer diferente en el futuro.
- **Sea realista.** Si su hijo ha estado intentando, pero no está haciendo avances, no se muestre triste. En su lugar, céntrese en crear un plan para que mejore. Pídale asesoramiento al maestro.
- **Permita que su hijo asuma** la responsabilidad de hacer cambios. Hablen sobre maneras de mejorar y luego deje que su hijo las ponga en práctica.
- **Dé un buen ejemplo.** Intente hacerle frente a sus propios errores y contratiempos de manera positiva. "Eso no funcionó. Voy a buscar otra manera de hacerlo".
- **Mire hacia adelante.** No se detenga en el fracaso ni intente que el maestro cambie una calificación o una decisión. Pasar demasiado tiempo hablando sobre los contratiempos puede hacer que sea más difícil superarlos, y los niños necesitan aprender a respetar las decisiones de los maestros.



## Fomente el interés de su hijo por la lectura

Los libros ofrecen historias fascinantes, datos interesantes y todo tipo de conocimientos. Pero en comparación con las pantallas coloridas y parpadeantes, es posible que no le parezcan tan atractivos. Para generar un interés por la lectura:

- **Añada un elemento social.** Pídale a su hijo que le lea a un hermano menor, un abuelo o a su animal de peluche favorito.
- **Ofrezca variedad.** Tal vez a su hijo le gustaría leer un libro de misterio, un libro de instrucciones o una biografía. Considere todo tipo de libros.
- **Promueva la lectura por placer.** ¿A su estudiante le agradan el béisbol, los juegos o las manualidades?

Busque títulos en los que su hijo ya esté interesado.

- **No se limite a los libros.** Los materiales cortos, como los artículos, las historietas y las recetas, también cuentan. Su hijo también podría escuchar un audiolibro en el carro o mientras hace tareas domésticas.
- **Averigüe sobre eventos** para niños en la biblioteca. Consulte por otras actividades relacionadas con la lectura, como concursos o juegos.

## Haga que la historia cobre vida

Cuando su hijo esté aprendiendo sobre un personaje histórico, pruebe esta actividad de juego de roles. Dígame a su hijo que aprenda todo sobre esa persona. Luego, haga de cuenta que usted es un reportero de televisión y pídale a su hijo que sea el personaje. Hágale preguntas que sea probable que su hijo pueda responder: "Mae Jemison, ¿cuándo volaste a tu misión histórica al espacio?" ¡Darle vida a la historia es más divertido!

## Distribuya el tiempo de estudio de matemáticas

Las investigaciones muestran que la *práctica distribuida* es clave para el aprendizaje a largo plazo. Esto significa que, en lugar de practicar matemáticas durante una hora por día cada semana, su hijo debería dividir ese tiempo en fragmentos más cortos y practicar todos los días. Pruebe estas maneras divertidas de practicar juntos:

- **Jueguen con monedas.** Dígame a su hijo, "Tengo tres monedas. Juntas valen siete centavos. ¿Qué monedas tengo?"
- **Finjan** que se rompió la calculadora. Diga, "Imagina que nuestra calculadora no tiene el número 8. ¿De qué otras maneras podrías representar ese número?" Su hijo podría ingresar  $10 - 2$  o  $4 + 4$  o  $24 \div 3$ .



Fuente: G.M. Donoghue y J. Hattie, "A Meta-Analysis of Ten Learning Techniques," *Frontiers in Education*.

## Ponga las habilidades científicas en acción

Una manera fácil de apoyar el aprendizaje científico es animar a su hijo a usar la información recientemente aprendida en la vida. Después de mirar un programa o leer libros sobre la naturaleza, por ejemplo, salgan al aire libre. Hágale preguntas a su hijo como estas: "Ese árbol tiene hojas largas y delgadas llamadas acículas en lugar de hojas planas. ¿Cómo se llama ese tipo de árbol?" "Las flores que plantamos el año pasado volvieron a crecer. ¿Son anuales o perennes?" "Mira esa mosca. Las moscas, ¿tienen cuatro alas o dos?"





## ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a estresarse menos?

**P:** Últimamente, mi hijo de 10 años ha estado largándose a llorar e incluso gritando cuando algo sale mal. Los momentos de estudio son muy estresantes. Mi hijo no solía ser así. ¿Qué puedo hacer?

**R:** Los estudios muestran que muchos niños están sintiendo más estrés que hace algunos años. Se preocupan por las calificaciones, los exámenes y las fechas de entrega, y por pertenecer. Se preocupan por los sucesos del mundo que los rodean. Este estrés puede afectar su trabajo escolar y su salud.



Para ayudar a aliviar el estrés de la vida de su escolar de primaria:

- **Mantenga la calma cuando su hijo** pierda el control. Las emociones fuertes solo añadirán más estrés. Pruebe respirar hondo y luego ofrezca ayuda.
- **Anime a su hijo a expresar** sus sentimientos y preocupaciones. No intente minimizarlos. En su lugar, reconozca las emociones y exprese confianza en la capacidad de su hijo para enfrentar situaciones estresantes.
- **Fomente la resolución creativa de problemas** para que su hijo pueda aprovechar al máximo las oportunidades que puedan surgir a partir de una situación estresante.
- **Ayude a su hijo a establecer metas realistas**, como entregar todos los trabajos en fecha. Mantenerse al día elimina la presión abrumadora y repentina para hacer las cosas.
- **Promueva la buena alimentación y el ejercicio.** Además, enséñele a su hijo algunos ejercicios de relajación, como concentrarse en la respiración profunda.



## ¿Está dándole a su hijo el tiempo necesario?

La atención frecuente, significativa y exclusiva de los adultos de la familia ayuda a los niños a prosperar en la escuela y en la vida. ¿Está pasando tiempo con su escolar de primaria de maneras beneficiosas? Responda *sí* o *no* a continuación:

\_\_\_ 1. **¿Comen** juntos al menos una vez por día?

miembros de la familia están juntos.

\_\_\_ 2. **¿Destina** tiempo a leer, relajarse y hablar con su hijo todos los días?

**¿Cómo le está yendo?**

*Si hay más respuestas sí, usted está dándole a su hijo mucho tiempo de calidad. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.*

\_\_\_ 3. **¿Incluye** al menos cinco minutos en la rutina de sueño de su hijo para hablar y escuchar?

\_\_\_ 4. **¿Destina** tiempo en su agenda para estar con cada uno de sus hijos a solas todas las semanas?

\_\_\_ 5. **¿Hace** que el tiempo en familia sea libre de dispositivos digitales? Los dispositivos pueden causar separación, incluso cuando los

*"Incluso llevar un niño a la escuela puede ser un momento de conexión en el que pueden hablar ..."*

—T. K. Oliver

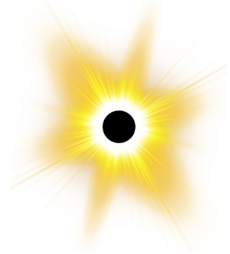
## Prepárese para la presión de los compañeros

Usted puede ayudar a su hijo a evitar la presión de los compañeros para hacer cosas que infrinjan las reglas y que no le parezcan correctas. Enséñele a repetir y recordar estas afirmaciones:

- **Puedo decir** *no* a las cosas que me pondrían a mí o a los demás en peligro.
- **Puedo tomar** buenas decisiones por mí mismo.
- **Puedo decir**, "Eres mi amigo, pero no elijo eso".

## Planee actividades para abril

Abril es el mes designado para muchas actividades que ofrecen oportunidades de aprendizaje. Estas son tres actividades que puede hacer con su hijo:



### 1. Mes de la

#### astronomía global.

El 8 de abril, se verá un eclipse solar total en parte de los Estados Unidos, Canadá y México. Ayude su hijo a aprender más sobre los eclipses.

**2. Mes nacional de la poesía.** Aprendan "The Red Wheelbarrow" de William Carlos Williams. Intenten escribir poemas usando menos de 20 palabras.

**3. Mes de la educación financiera.** Pídale a su hijo que arme y complete un registro de gastos.

## Sume movimiento a la lectura

¿Sabía que el movimiento puede ayudar a los estudiantes a aprovechar más la lectura? Las investigaciones muestran que puede ayudar a los niños a hacer conexiones entre las letras y los sonidos que hacen y entre las palabras impresas y las acciones de la vida real. Anime a su hijo a:

- **Elegir un movimiento** para cada letra y moverse al decodificar palabras.
- **Representar los cuentos** después de leerlos, usando palabras de los libros.

Fuente: University of Copenhagen, "Whole-body learning can boost children's letter sound recognition—the first step toward reading," Science Daily.

## 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 © 2024, 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](http://www.parent-institute.com)