

Ayudando a los Niños a Aprender™

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



Noviembre 2018

Sullivan Elementary School
Title I- Nikki Garcia

Técnicas disciplinarias que mejoran la conducta en la escuela y en casa

Todos los niños se portan mal de vez en cuando. Pero la conducta disruptiva en el salón de clase dificulta el aprendizaje de los estudiantes. Crear un entorno de aprendizaje productivo requiere de la cooperación entre los maestros, los estudiantes y las familias.

Para fomentar el buen comportamiento de su hijo y ayudarlo a ser un miembro valioso de la clase:



- **Establezca metas positivas.** Concéntrese en lo que quiere que haga su hijo, no en lo que no quiere que haga.
- **Explique sus expectativas** y límites con claridad. Aplique las reglas siempre.
- **Corrija la mala conducta** de manera sencilla. Acérquese a su hijo, mírelo a los ojos y dígame brevemente lo que debería hacer. Repítalo en la medida necesaria.
- **Use consecuencias lógicas** para la mala conducta cuando sea posible. (Si su hijo hace un berrinche, es probable que esté cansado y, por ende, tendrá que acostarse más temprano).
- **Haga que su hijo participe** en la resolución de los problemas. Los niños que ayudaron a resolver un problema suelen estar más comprometidos con la solución.
- **Deje que su hijo practique** cómo tomar buenas decisiones. Ofrezcale opciones limitadas, pero asegúrese primero de que todas sean aceptables.
- **Demuestre su amor.** La disciplina es un acto de amor y no un sustituto de ello. Su hijo necesita saber que usted lo ama incondicionalmente.

Una revisión previa fomenta la comprensión de la lectura

Cuando los estudiantes están aprendiendo a leer, es útil dedicar un poco de tiempo a mirar el texto antes de empezar a leer. Pídale a su hijo que piense en el título del capítulo. ¿Le da alguna pista de cuál es la idea principal? ¿Qué le dicen los subtítulos, las letras en negrita, las ilustraciones y los gráficos sobre qué es importante del contenido?

Fuente: M. Kelly, "How to Teach Students to Preview Reading Assignments," ThoughtCo., nswc.com/preview.

Fomente la curiosidad

Los estudios revelan que los niños que están motivados a aprender por su propia curiosidad e intereses se mantienen motivados más y rinden mejor en la escuela. Para fomentar este tipo de motivación:



- **Ayude a su hijo** a descubrir sus intereses. Antes de que inicie cualquier proyecto, sugiérale que piense sobre lo que quiere aprender de ello.
- **Pídale que le cuente** lo que está aprendiendo. Muestre entusiasmo: "¡Qué interesante! ¡Cuéntame más!"

Fuente: L. Campbell, "The Reason Curious Kids Are More Likely to Succeed in School," Healthline, nswc.com/curious.



Reserve tiempo para celebrar el aprendizaje

Saque su calendario y marque estas fechas especiales del mes para ayudar a su hijo a aprender sobre la cultura, la ciudadanía, la tolerancia, la gratitud y más:

- **El 4 de noviembre:** Día del Rey Tutankamón. Retiren un libro de la biblioteca o investiguen en línea sobre el descubrimiento de la tumba del Rey Tutankamón el día de hoy en el año 1922.
- **El 6 de noviembre:** Día de Elecciones en EE.UU. Hable con su hijo sobre los derechos y las responsabilidades de los ciudadanos, y de por qué es importante votar.
- **El 16 de noviembre:** Día de la Tolerancia Nacional. Hable de la importancia de ser respetuoso y comprender a las personas que tienen creencias o puntos de vista que difieren de los suyos.
- **Del 18 al 24 de noviembre:** Semana Nacional de la Familia. Pasen más tiempo en familia esta semana. ¡Cuenten anécdotas familiares, jueguen juegos, cocinen platos favoritos y lean juntos!
- **El 22 de noviembre:** Día de Acción de Gracias en EE.UU. Pídale a su familia que escriba una lista de todas las personas y cosas por las cuales están agradecidos.

La tarea es de su hijo

¿Cuál es la mejor manera de ayudar a su hijo con la tarea? ¡La respuesta es apoyar su esfuerzo por hacer la tarea él mismo! Esto significa que usted puede ayudarlo a:

- **Administrar su tiempo.** Establezca una hora diaria para la tarea cuando su hijo esté más alerta.
- **Decidir lo que debe hacer** primero, ¿la tarea más difícil o la más fácil? Dígame que pruebe ambos métodos y vea qué le resulta mejor.
- **Comprender un concepto.** Explíquesele si se lo pide, pero no haga el trabajo por él.



Fuente: "Help with homework can affect child's persistence," Science Daily, nswc.com/autonomy.



¿Qué debería hacer si mi hijo se siente excluido en la escuela?

P: Últimamente, mi hijo de ocho años empezó a decir que no quiere ir a la escuela. Dice que no tiene amigos. ¿Cómo puedo ayudarlo?

R: Es común que un niño que se siente excluido no quiera ir a la escuela. Pero usted hace bien en tomarlo con seriedad. Los niños que piensan que no tienen amigos podrían recurrir a la conducta negativa o peligrosa como manera de encajar mejor. Sus calificaciones también podrían empezar a bajar.

Para apoyar a su hijo y ayudarlo a adquirir las habilidades que necesita para llevarse bien con los demás:

- **Elogie su honestidad.** Muchos niños se sienten muy avergonzados para decirles a sus padres que no tienen con quién jugar.
- **Asegúrele que usted lo ayudará** a mejorar la situación. Sea comprensivo. Con frecuencia, los niños que se sienten rechazados piensan que ellos tienen la culpa.
- **Pregúntele al maestro** si ha habido algún cambio en el salón de clase que podría estar afectando a su hijo, tal como un cambio en la ubicación de los asientos o la llegada de un estudiante nuevo. Colabore con él para buscar soluciones.
- **Busque maneras** de que su hijo conozca a niños que compartan sus intereses. Inscríbalos en una actividad extracurricular que le guste. Disfrutar una actividad con otros niños facilitará la interacción con ellos.



Cuestionario Para Padres

¿Trabaja cooperativamente con la escuela?

Saber trabajar en equipo con la escuela ayuda a facilitar una buena educación para su hijo. Décadas de estudios han revelado que los niños cuyos padres participan en su educación aprenden más y rinden mejor en la escuela. ¿Sabe usted trabajar en equipo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Repasa** toda la información que su hijo trae a casa de la escuela?
2. **¿Ha platicado** con su hijo sobre las reglas? ¿Le ha explicado claramente que usted espera que él las siga?
3. **¿Se asegura** de que su hijo vaya a la escuela todos los días, bien descansado y listo para aprender?
4. **¿Se ha reunido** con el maestro de su hijo por lo menos una vez este año?
5. **¿Le pregunta** al maestro cómo puede ayudar si su hijo está pasando apuros?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta sí significa que usted está apoyando tanto a la escuela como a su hijo. Para cada respuesta no, pruebe esa idea del cuestionario.

"Se necesitan de ambos lados para construir un puente".

—Fredrik Nael

Mantenga un equilibrio sano en la agenda de su hijo

Los niños pueden aprender mucho de las actividades extracurriculares estructuradas. Pero también necesitan suficiente tiempo libre para relajarse y decidir qué quieren hacer por su propia cuenta. Esta habilidad para autodirigirse los ayuda en la escuela.

Revise la agenda de su hijo. ¿Tiene suficiente tiempo para hacer la tarea, dormir, jugar con sus amigos y también tener un poco de tiempo libre? Si está abrumado por muchas actividades, pídale que escoja solo una o dos que realmente disfruta. Así estará más feliz y más sano, y le irá mejor en la escuela.

Fuente: J.E. Barker y otros, "Less-structured time in children's daily lives predicts self-directed executive functioning," *Frontiers in Psychology*.

Anime a su hijo a hacer un plan de organización

Si seguirles la pista a los trabajos escolares y entregarlos a tiempo es difícil para su hijo, hable de maneras de organizarse.

Luego, pídale que elabore un plan. "Tienes dificultades para llegar a la escuela con toda la tarea. ¿Puedes pensar en un plan que te ayude a recordarlo? Piénsalo y hablaremos de ello esta noche".



La aptitud física facilita el aprendizaje de su hijo

Hacer ejercicio físico todos los días puede mejorar la memoria y la concentración de los estudiantes. Para agregarle movimiento al día de su hijo:

- **Jueguen juegos activos**, tales como la roña, tirar unas canastas o saltar la cuerda.
- **Ponga música rápida** y hagan las tareas domésticas al ritmo de ella.
- **Limite el tiempo de ocio** que su hijo pasa frente a la pantalla.
- **Dé el ejemplo.** Si su hijo lo ve ejercitarse, tal vez él haga lo mismo.

Fuente: L. Mongeau, "How a growing number of states are hoping to improve kids' brains: exercise," *The Hechinger Report*, niswc.com/fitkids.

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Copyright © 2018, 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