

# Ayudando a los Niños a Aprender™

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



Septiembre 2024

Grand Elementary School

## Inspire a su escolar de primaria a cumplir expectativas altas

Desde los primeros días de un nuevo año escolar hasta el último, una de las maneras más fundamentales en las que puede fomentar los logros académicos es hacerle saber a su hijo que usted los *espera*. Cuando las familias expresan expectativas altas pero realistas, es probable que sus hijos las cumplan.



Para reforzar su mensaje de maneras positivas:

- **Muestre confianza en su hijo.** Evite responder al éxito con sorpresa. Si su escolar de primaria lleva a casa una calificación alta en un examen de matemáticas difícil, por ejemplo, actúe como si nunca hubiese tenido ninguna duda. “¡Genial! ¡Sabía que toda la práctica daría sus frutos!”
- **Mantenga los errores en perspectiva.** Nunca menosprecie a su hijo por un error. Todos fracasamos alguna vez. Muestre que los errores no cambiarán su amor por su hijo. Simplemente ayúdelo a descubrir lo que se puede aprender de un error y seguir adelante. Sea siempre el “refugio” de su hijo.
- **Empodere a su hijo** para que tome medidas cuando algo salga mal. Cuando sucedan cosas desafortunadas, ayude a su hijo a pensar en cómo manejar situaciones similares de manera diferente en el futuro. No las atribuya a la mala suerte ni a un maestro malo. Esto puede hacer que su hijo se sienta como una víctima impotente.

Fuente: W.H. Jaynes, “A Meta-Analysis: The Relationship Between the Parental Expectations Component of Parental Involvement with Students’ Academic Achievement,” *Urban Education*, Sage Journals.



## Fomente la responsabilidad de su hijo

Los escolares de primaria a veces olvidan los útiles, el trabajo escolar y el almuerzo. Pero ocuparse usted de estas y otras responsabilidades *por* su hijo no lo ayudará a la larga.

En su lugar, ayude a su estudiante a ser más responsable. Siga estos pasos:

- **Creen listas de control.** Con su hijo, haga listas de responsabilidades y artículos que necesita para la escuela. Haga que marcar elementos de las listas sea parte de la rutina matutina de su estudiante.
- **Enséñele a su hijo** a llevar un registro de las actividades, las fechas de entrega y los exámenes en un calendario semanal.
- **Ayude a su hijo a escoger** lugares para guardar las cosas cuando no las usa.
- **Fomente la independencia.** Dígale a su hijo que se encargue de organizar y guardar los útiles escolares.
- **Deje que su hijo asuma** las consecuencias de olvidar o perder algo.
- **Felicite a su hijo** cuando demuestre ser responsable.

## Fomente el amor por el aprendizaje

Los estudiantes que están motivados por su propio deseo de aprender retienen lo que aprenden durante más tiempo y obtienen mejores calificaciones. Para fomentar esto:

- **Pídale a su hijo** que considere “¿Qué quiero aprender de este trabajo?”
- **Ayude a su hijo** a reconocer el progreso. Haga comentarios positivos.
- **Ayude a su hijo** a perseguir sus intereses de aprendizaje.

## Comience con rutinas

Las rutinas hacen que a los niños les sea más fácil recordar y completar las tareas. Para que el año escolar sea más tranquilo, establezca estas rutinas:

- **Una preparación nocturna.** Pónganse de acuerdo sobre la vestimenta, preparen y refrigieren el almuerzo, empaquen la mochila y colóquenla junto a la puerta. ¡Las mañanas serán mucho menos ajetreadas!
- **Una hora de acostarse relajante.** Escoja un horario que le permita a su hijo dormir entre nueve y 12 horas. Ayúdelo a relajarse con un baño y una lectura en voz alta.
- **Un horario de lectura** y de trabajo escolar. Esto debería ser en un momento en el que su hijo tenga energía y esté motivado.



## Inicie una colaboración útil

Formar una relación de trabajo con el maestro les permitirá a ambos ayudar a su hijo a aprender. Para iniciarla:



- **Preséntese** al maestro. Pregúntele cómo puede apoyar el aprendizaje desde casa.
- **Comparta información** a lo largo del año. Cuénteles a los maestros sobre cualquier cambio en casa que pueda afectar a su hijo.
- **Comuníquese con respeto.** Deles a los maestros ocupados algunos días para responder.



## Mi hijo suele hacer berrinches. ¿Qué puedo hacer?

**P:** La respuesta de mi hijo de segundo grado al enojo y la frustración suele ser un berrinche. Esto sucede en casa y en la escuela, y el maestro me está pidiendo ayuda. ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a aprender a controlarse?

**R:** Cuando los niños no cuentan con las habilidades para afrontar las emociones fuertes que sienten, a veces recurren a ataques de llanto. Pero mantener el autocontrol y responder de manera adecuada a las grades emociones es importante para alcanzar el éxito en el salón de clase.

En primer lugar, averigüe qué hay detrás de los berrinches de su hijo. Lleve un registro de su comportamiento durante una semana. ¿Qué sucede antes de que comience el berrinche? ¿Observa algún patrón? Luego, ayude a su hijo a evitar algunas de las situaciones que sumen estrés, como el hambre y el cansancio.

A continuación, enséñele estrategias a su hijo que pueda usar cuando esté enojado o molesto. En casa, muéstrele cómo:

- **Tomarse tiempo para calmarse.** Pídale a su hijo que se aleje de la situación para descansar durante cinco minutos. Dígame, "Puedes volver cuando seas capaz de hablar con calma".
- **Usar técnicas de relajación,** como respirar profundo mientras cuenta hasta 10 lentamente. Enséñele a su hijo a repetir, "Puedo resolver esto".
- **Nombrar los sentimientos.** Ayude a su hijo a ser más consciente de sí mismo. Enséñele a reconocer distintas emociones (frustración, molestia, tristeza, desilusión, etc.) y a utilizar las palabras cuando surjan.



### Cuestionario Para Padres

## ¿Está impulsando el aprendizaje de la autosuficiencia?

¿Escucha "¡Ayúdame!" con frecuencia antes de que su hijo siquiera intente realizar una tarea? Tal vez sea momento de trabajar en la autosuficiencia. ¿Ayuda a su hijo convertirse en un estudiante independiente? Responda *sí* o *no* a continuación:

1. ¿Dice cosas como "Apuesto a que puedes resolver esto"?
2. ¿Anima a su hijo a resolver problemas haciéndole preguntas? "¿Qué aprendiste sobre esto en clase?"
3. ¿Ayuda a su hijo a dividir las tareas en partes más pequeñas? "¿Hay alguna parte de esto que puedas hacer?"
4. ¿Habla sobre cosas que ha aprendido su hijo a través del esfuerzo persistente?
5. ¿Felicit a su hijo por completar el trabajo sin ayuda, incluso si no

lo hace de la manera en la que usted lo hubiese hecho?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a resolver problemas de manera independiente. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

"La educación es experiencia, y la esencia de la experiencia es la autosuficiencia".  
—T.H. White

## La asistencia es gratificante

Hay algo simple que usted puede hacer todos los días y que ayudará a su hijo a aprender, a rendir mejor en los exámenes y a hacer amigos con más facilidad, además de reducir el riesgo de que abandone la escuela. Se trata de asegurarse de que su hijo vaya a la escuela. Para ayudar a su estudiante a aprovechar los beneficios que conlleva la asistencia regular:

- **Explíquelo a su hijo** que ir a la escuela es importante y que no es opcional.
- **Lleve un registro de las ausencias.** Busque patrones que requieran abordarse.
- **Hable con el maestro** si su hijo no suele querer ir a la escuela o si su familia enfrenta obstáculos para asistir.

Fuente: A. Ansari y M.A. Gottfried, "The Grade-Level and Cumulative Outcomes of Absenteeism," *Child Development*, The Society for Research in Child Development.

## Apaguen las pantallas y lean

Las investigaciones revelan que hay una relación entre el uso de los medios digitales y el retraso en la capacidad de los niños pequeños para comprender lo que leen. En un estudio, se observó que los niños que leían más e informaban usar pantallas con menos frecuencia creaban conexiones cerebrales que los hacían mejores lectores. Los niños que pasaban más tiempo frente a las pantallas y leían menos no las creaban. En casa, limite el uso recreativo de las pantallas, y ofrézcale a su hijo horas ilimitadas de diversión con libros y lecturas.



Fuente: E. Heubeck, "Is Too Much Screen Time, Too Early, Hindering Reading Comprehension?" *EducationWeek*.

## Fomente el esfuerzo extra

Hacer lo mínimo e indispensable solo llevará a su hijo hasta un cierto punto. Explique que hacer un poco más suele conducir a mejores resultados. Anime a su hijo a:

- **Leer algunas páginas extras** de una lectura asignada.
- **Comenzar un proyecto temprano** y añadir una ilustración detallada, un gráfico o una tabla.
- **Resolver algunos problemas** de matemáticas extra para aprender un concepto.

### 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.com2