

Escuela Primaria

Los Padres

¡hacen la diferencia!

This Newsletter is Being Provided by
Education Service Center Region 15



Muéstrele a su hijo que leer es agradable y gratificante

Las habilidades de lectura sólidas permiten que aprender cualquier materia de la escuela sea más fácil. Pero los expertos dicen que, para desarrollarlas, es necesario que los niños *quieran* leer. Desafortunadamente, a muchos niños no les interesa hacerlo.

Para inspirar a su hijo a leer:

- **Escuchen audiolibros juntos.** Esta es una manera eficaz de mostrarle lo interesantes que pueden ser los libros a alguien que se muestra reacio a leer. Podría descargar audiolibros de la biblioteca o grabarse leyendo en voz alta. Anime a su hijo a seguir la lectura en el libro mientras escucha el audiolibro.
- **Siga los acontecimientos actuales.** ¿Hay alguna noticia en desarrollo que le interese a su hijo? Lea las últimas novedades todas las noches.
- **Consígale a su hijo un amigo** por correspondencia. A los niños les agrada recibir cartas y aprender sobre la vida en otros países. Pregúntele al maestro de su hijo o a un bibliotecario cómo participar.
- **Hagan un recorrido virtual.** Anime a su hijo a investigar en internet sobre las atracciones en su zona, como museos. Luego pídale que sea su guía turístico para recorrer los sitios web y que comparta lo que ha aprendido.
- **Dele cupones de lectura.** Para mostrarle a su hijo que usted considera que leer es una actividad especial, dele cupones de lectura. Algunos podrían ser por 30 minutos de lectura con usted. Otros podrían servir para canjearlos por un libro nuevo. Los cupones de lectura pueden ser estupendas recompensas por el buen comportamiento.

Cómo administrar el uso de las pantallas según expertos



La tecnología ha ayudado a la mayoría de los estudiantes a seguir aprendiendo y a mantenerse conectados

durante esta pandemia. Esto también significa que los niños están pasando más tiempo frente a las pantallas.

Un estudio reveló que los niños entre ocho y 12 años pasan, en promedio, 4 horas y 44 minutos por día frente a la pantalla con fines recreativos, ya sea en internet, mirando televisión o jugando a videojuegos.

Si bien la Academia Americana de Pediatría recomienda a los padres establecer límites para el tiempo frente a la pantalla con fines no educativos, muchos niños dicen que no hay reglas sobre la tecnología en sus casas. Asegúrese de:

- **Poner un límite** para la cantidad de horas que su hijo pasa frente a la pantalla. Pídale a su hijo que apague los aparatos electrónicos 30 minutos antes de ir a dormir.
- **Designar horarios libres** de pantallas, como el horario de la comida o los viajes en carro.
- **Ofrecer alternativas.** Salir a caminar. Jugar a las cartas. Hacer manualidades. Muéstrele a su hijo que hay muchas maneras de divertirse, y usar la mente, sin estar frente a una pantalla.

Fuente: S. Pappas "What do we really know about kids and screens?" American Psychological Association, [niswc.com/elem_screen4](https://www.niswc.com/elem_screen4).

Mejore la escritura y exprese gratitud con cuentos ilustrados



El libro infantil *The Secret of Saying Thanks* termina con esta idea: “No damos las gracias porque estamos felices. Estamos felices

porque damos las gracias”.

La gratitud no es solo para un día: puede mejorar la actitud de su hijo todo el año. Anime a su hijo a pensar sobre las razones por las cuales está agradecido y a escribir lo que piensa. Siga estos pasos:

1. Hagan una lluvia de ideas juntos.

Pídale que mencione una cosa por la que esté agradecido. Podría decir: “Estoy agradecido por nuestro perro”.

2. Pídale a su hijo que escriba esa afirmación en la parte superior de una hoja. Debajo, debería escribir todas las razones por las cuales está agradecido por su perro. Por

ejemplo, tal vez le encante que duerma con él en la cama. Podría agradecerle la cola enrollada del perro. Tal vez le encante sacarlo a pasear.

3. Pídale a su hijo que haga un dibujo en la parte inferior de la hoja.

Repita esta actividad una vez al mes con todos los miembros de la familia. Cuelgue estos cuentos ilustrados para que toda la familia los pueda leer.

Fuente: R. Fletcher y J. Portalupi, *Craft Lessons: Teaching Writing K-8*, Stenhouse Publishers.

“La gratitud le da sentido a nuestro pasado, nos trae paz al presente y crea una visión para mañana”.

—Melody Beattie

Estrategias simples para dominar el vocabulario de matemáticas



Cuando los niños aprenden matemáticas, también necesitan aprender vocabulario nuevo. Si tienen que detenerse a pensar en

palabras como *producto* o *cociente*, no podrán concentrarse en hacer cálculos.

Así como su hijo necesita memorizar fórmulas matemáticas básicas, también necesita saber muchos términos matemáticos. Por lo tanto, prepare un juego para que los aprenda.

Estas son algunas actividades que podrían probar:

- **Jueguen al juego Concentración matemática.** Escriba un término matemático en una tarjeta y su definición en otra. Luego, coloque cinco o seis pares de tarjetas boca abajo. Su hijo solo podrá dar vuelta dos tarjetas a la vez. El objetivo es dar vuelta la tarjeta con el término matemático y la definición correcta para formar una pareja.

- **Conecte los símbolos matemáticos con las palabras matemáticas.** Pídale a su hijo que arme tarjetas con símbolos de un lado y la palabra que representa en el otro. Use tarjetas para ayudar a su hijo a repasar.
- **Cree ayudas visuales que muestren un término haciendo lo que representa.** El término matemático *circunferencia*, por ejemplo, es la distancia alrededor del borde de un círculo. Por lo tanto, su hijo podría escribir la palabra *circunferencia* alrededor del borde de un círculo.
- **Haga conexiones.** Ayude a su hijo a relacionar términos nuevos con conceptos con los que ya está familiarizado. ¿Está aprendiendo sobre los *centímetros*? Dígame que hay 100 *centavos* en un dólar, 100 unidades en una *centena* y 100 *centímetros* en un metro.

¿Le está enseñando a su hijo a usar su tiempo sabiamente?



Saber administrar el tiempo es una habilidad importante para alcanzar el éxito en la escuela. El año escolar ha comen-

zado hace rato, por lo que es un buen momento para tomarse unos minutos para pensar si está ayudando a su hijo a usar su tiempo con sensatez.

Responda *sí* o *no* a cada una de las siguientes preguntas:

___ 1. ¿Ha revisado el cronograma de clase y de estudio de su hijo y ha hecho los ajustes necesarios?

___ 2. ¿Usa su calendario familiar para registrar las fechas de los exámenes, los proyectos y los compromisos familiares?

___ 3. ¿Intenta mantener un equilibrio entre las tareas de su hijo y el resto de los aspectos de la vida? Los estudiantes de la escuela primaria necesitan mucho tiempo para hacer ejercicio, pasar tiempo con la familia y dormir.

___ 4. ¿Ayuda a su hijo a dividir los trabajos extensos en partes más pequeñas?

___ 5. ¿Se asegura de que su hijo tenga algo de tiempo todos los días para leer por placer o relajarse?

¿Cómo le está yendo?

Cada *sí* significa que está ayudando a su hijo a aprender a usar el tiempo sabiamente. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas 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 © 2020, 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.

Actividades divertidas para que su hijo aprenda durante las vacaciones



Su hijo mira el calendario e imagina la felicidad de tener tiempo libre durante todas las vacaciones de invierno. Usted mira

los mismos cuadrados en blanco del calendario y, por un momento, entra en pánico.

Para evitar escuchar “estoy aburrido” durante las vacaciones, pruebe alguna de estas actividades que ayudarán a su hijo a seguir aprendiendo:

- **Ayude a su hijo a centrarse** en algo que no sea él mismo. Esta es la época de los “yo quiero”. Insístale a su familia que participe de una actividad para ayudar a personas carenciadas.
- **Cocinen juntos.** Casi todas las culturas tienen comidas especiales asociadas con las fiestas. Prepare

con su hijo una comida que recuerde de su infancia. Cuénteles sus recuerdos. O investigue y cocine un plato que nunca haya probado.

- **Elija una película** que esté basada en un libro. Una vez que usted y su hijo terminen de leer el libro, miren juntos la película. Hable con él sobre en qué aspectos se asemejan y en cuáles se diferencian.
- **Anime a su hijo** a hablar con sus abuelos, sus tíos e incluso con usted para descubrir más cosas sobre el pasado y su historia familiar. Ayúdelo a pensar una lista de preguntas, como “¿Cómo era la escuela para ti cuando tenías mi edad?” y “¿Cuáles eran las tendencias populares en ese entonces?” Puede grabar las conversaciones, escribirlas o solo escucharlas.

Las reuniones familiares fomentan la cooperación y la comunicación



Organizar reuniones familiares con frecuencia les da una oportunidad a las familias para conectarse y a los niños para

aprender habilidades importantes para la vida. Si se desarrollan de manera adecuada, estas reuniones pueden ayudar a su hijo a aprender sobre la responsabilidad, la negociación y la cooperación.

Para sacar el máximo provecho de las reuniones:

- **Reúnanse con frecuencia;** una vez por semana o cada dos semanas. Además, permítales a los miembros de la familia organizar una reunión si necesitan hablar sobre algo importante.
- **Arme una agenda.** Antes de cada reunión, pregúnteles a los miembros de la familia sobre qué temas desean hablar. Destine tiempo suficiente a hablar sobre cada tema, pero intente que la reunión no dure más de una hora.

- **Ponga a alguien a cargo** de la reunión. El responsable debe ceñirse a la agenda y dejar a todos hablar de manera justa y sin interrupciones. Durante las primeras reuniones, el responsable debería ser un adulto. Luego de algunas reuniones, considere dejar que su hijo lo intente.
- **Túrnense.** Una vez que alguien describa una idea o un problema, todos pueden turnarse para explicar su opinión. Haga una lluvia de ideas de soluciones y dele a cada persona tiempo para hacer su contribución. Elija una idea, o un conjunto de ideas, para intentarlo, y los padres tendrán la última palabra.
- **Escriba las decisiones.** Una vez que se tome cada decisión, anote el plan de la familia. Tome nota en un cuaderno o pegue una hoja con los puntos más importantes en la heladera. Planifique revisar algunas decisiones o soluciones en una reunión futura para comentar si están funcionando o no.

P: Últimamente, mi hijo me dice que odia la escuela. No lo dice todos los días, pero lo ha dicho más de una vez. No estoy seguro de cómo responder. ¿Cómo puedo llegar a la raíz del problema para ayudarlo?

Preguntas y respuestas

R: No todos los niños que dicen que odian la escuela la odian realmente. A veces, solo quieren llamar la atención o tener la oportunidad de posponer las tareas escolares.

Sin embargo, si su hijo ha dicho que odia la escuela más de una vez, es posible que esté sucediendo algo. Debería hacer lo siguiente:

1. **Hable con su hijo.** Espere a que esté relativamente tranquilo y elija un momento en el que tenga tiempo para hablar. Luego pídale que le diga cómo se siente y por qué. “Dijiste que odias la escuela un par de veces. ¿Qué te está haciendo sentir de esa manera?”
2. **Identifique el problema.** Escuche con atención lo que dice su hijo. ¿Está teniendo problemas con una materia? ¿Se siente desconectado? ¿Se siente abrumado por todos los cambios de este año?
3. **Ayude a su hijo a encontrar soluciones.** Por ejemplo, si está teniendo problemas con matemáticas, anímelo a dedicarle más tiempo a la materia todos los días y asegúrese de que esté entregando todos los trabajos.
4. **Sea positivo.** Ayude a su hijo a darse cuenta de que casi todas las situaciones tienen su lado positivo y su lado negativo. Si se centra en lo positivo, puede cambiar su perspectiva por completo.
5. **Hable con el maestro de su hijo.** Hágale saber cómo se siente su hijo y pídale sugerencias y ayuda. Cuando los padres trabajan en conjunto con los maestros, es más probable que los estudiantes alcancen el éxito.

Enfoque: la motivación

Anime a su hijo a ponerse nuevas metas de aprendizaje



El mes próximo comienza un nuevo año, un momento ideal para establecer propósitos. Anime a su hijo a establecer propósitos de aprendizaje para ayudarlo a terminar muy bien el año escolar.

Siga estos pasos:

- 1. Inicie una conversación.** Dígale a su hijo algo que haya decidido cambiar. “Voy a hacer más ejercicio y voy a reducir el tiempo que paso frente a las pantallas”. Así le mostrará que un propósito es una promesa que uno se hace a sí mismo.
- 2. Hágalo pensar.** ¿Hubo algo de alguna materia que le haya costado? Anímelo a hacer mejoras. “Has tenido dificultades para terminar tus trabajos a tiempo. ¿Qué podrías hacer para solucionarlo?” Comenzar a hacer la tarea antes, renovar su rutina de estudio y organizar su espacio de trabajo son tres ejemplos de cosas que podría proponerse.
- 3. Defina la meta.** Para concretar el propósito, hay que convertirlo en una meta específica. Use su propósito de “renovar su rutina de estudio” y llévela a la realidad. “Me propongo dedicarle 15 minutos de estudio a cada materia todos los días”. Cuando la meta se puede medir, es más fácil de alcanzar.
- 4. Apóyelo.** Los propósitos suelen desvanecerse con el tiempo. Apoye a su hijo si comienza a desviarse de la meta. “Sé que es difícil cumplir con una rutina de estudio, ¡pero puedes hacerlo!” Recuérdele que no cumplir una vez cada tanto no significa que no pueda volver a encaminarse.

La mentalidad de crecimiento aumenta el éxito académico

La escuela está llena de dificultades, y el éxito de su hijo depende de cómo responde a esos desafíos. Anímelo a desarrollar lo que los investigadores denominan una *mentalidad de crecimiento*.

Una mentalidad de crecimiento determina cómo piensan los niños sobre los problemas. Por ejemplo, imagínese que a su hijo le está resultando difícil comprender un concepto de ciencias. Algunos niños alzan las manos y dicen: “No soy bueno en ciencias; me rindo”. Pero otros niños tienen otra perspectiva. “Esto es un desafío y me agradan los desafíos”.

Los niños del segundo grupo tienen una mentalidad de crecimiento. Ellos creen que, incluso si no entienden algo en ese momento, podrán aprenderlo en el futuro. Es más probable que sigan intentando y resuelvan el problema.



Para fomentar esta mentalidad, puede felicitar a su hijo por su esfuerzo. “Eso era difícil, pero seguiste intentando distintas cosas hasta que lo lograste”.

Fuente: C. Romero, “What We Know About Growth Mindset from Scientific Research,” Mindset Scholars Network.

Fomente el entusiasmo de su hijo por la escuela y el aprendizaje



La actitud de los niños hacia la escuela influye sobre sus deseos de aprender. Con toda la incertidumbre y los cambios de este año, es posible que los niños no estén tan motivados

Para fomentar el entusiasmo por la educación:

- **Sea un buen modelo a seguir.** Si usted tiene una actitud positiva hacia la escuela, será más probable que su hijo se sienta de la misma manera. Además de decir cosas buenas sobre la escuela, asegúrese de asistir a las reuniones de padres virtuales y a las reuniones escolares para familias. Siempre que sea posible, supervise el horario de trabajo de su hijo y muestre interés por lo que está aprendiendo.
- **Felicítelo por sus logros.** Cuando su hijo se esfuerce, asegúrese de señalarlo. Esto lo ayuda a establecer una relación entre el esfuerzo y la buena sensación que obtiene luego de alcanzar el éxito.
- **Relacione las lecciones con la vida real.** Muéstrela a su hijo cómo lo que aprende puede ayudarlo en la vida. Las habilidades matemáticas lo ayudan a gastar el dinero sabiamente. Una palabra de vocabulario podría aparecer en su libro favorito.