ESCUELA PRIMARIA

Ayudando a los Niños a Aprender™

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

Marzo 2016

Title I Program
Frisco Independent School District

Ayude a su hijo a usar mapas para mejorar su comprensión del mundo

Cuando usted ayuda a su hijo a aprender geografía, le abre la puerta a un mundo entero de aprendizaje emocionante. La geografía se trata de mucho más que solo ríos, capitales y recursos naturales. Para enseñarle a su hijo cómo la geografía enriquece su vida, hagan juntos las siguientes actividades:

- **Pídale a su hijo que dibuje** un mapa del camino de su casa hacia la escuela, el supermercado o la casa de un amigo. Luego, sigan el mapa juntos.
- **Desarrolle su sentido de orientación.** Enséñele a su hijo dónde se ubica el *norte*, el *sur*, el *este* y el *oeste*, así también como el *noreste*, *noroeste*, *sureste* y *suroeste*. Ayúdelo a usar estas palabras para describir dónde se ubican los lugares que se encuentran alrededor de donde viven. "Mi escuela está al *noreste* de mi casa".
- **Busquen patrones en los nombres de las calles.** ¿Se encuentran en orden alfabético? ¿Acaso las carreteras corren sentido norte y sur y las avenidas en sentido este y oeste? Ayude a su hijo a ver los patrones en un mapa o mientras usted conduce.
- **Anime a su hijo a comenzar** una colección de objetos de diferentes países. Las estampillas, tarjetas postales y monedas son fáciles de coleccionar y almacenar.
- **Revisen todas habitaciones de su casa.** Busquen etiquetas para ver de dónde vienen los objetos y la ropa. Localicen los lugares en un mapa mundial. ¿Qué artículo viajó más lejos?
- **Cuéntele a su hijo de dónde provienen** sus ancestros. Busquen estos lugares en el mapa y hablen de las rutas por las que viajaron los miembros de su familia al venir a este país por primera vez.

¡Acabe con la postergación ahora mismo!

La mayoría de los niños postergan una tarea o quehacer alguna vez. Pero si esto se convierte en un hábito, puede perjudicar el rendimiento escolar. Para ayudar a su hijo a ponerle fin a este hábito, sugiérale que pruebe este proceso de cinco pasos:

1. **Establecer prioridades.** Si su hijo se siente abrumado por muchas tareas simultaneas, ayúdelo a escoger una sola tarea para empezar.
2. **Fijar un límite de tiempo.** Consiga un cronómetro y póngalo a andar durante 30 minutos.
3. **No prestar atención** a nada más. Mientras corra el tiempo en el cronómetro, su hijo debe concentrar toda su atención en la tarea que está haciendo. Trate de que no haya distracciones en su área de estudio.
4. **Fije un límite de tiempo** para los descansos. Dígale a su hijo que se sirva un vaso de agua o leche, o una merienda ligera antes poner a andar el cronómetro.
5. **Premie la dedicación.** Permita que su hijo vea la conexión entre rendir su mayor esfuerzo y premiarse con algo que le guste hacer, como por ejemplo jugar a un juego de computadora.

Fuente: R. Emmett, *The Procrastinating Child*, Walker & Company.

Alimente la mente de su hijo

Alimentar a su hijo con un dieta nutritiva es clave para promover su capacidad para aprender. Tanto el hierro como las proteínas, por ejemplo, son necesarios para el funcionamiento del cerebro. Bríndele a su hijo una variedad de fuentes de proteína, como carnes, peces, nueces, y de hierro, como hojas verdes, huevos y pasas.

Fuente: M.D. Florence y otros, "Diet Quality and Academic Performance," *Journal of School Health*, American School Health Association, niswc.com/food.

Las biografías son muy entretenidas

En marzo se celebra el Mes de la Historia de la Mujer. Ayude a su hijo a buscar la biografía de una mujer famosa que se desempeñe o haya desempeñado en una profesión que le guste, como:

- **Los deportes.** Tal vez le guste leer sobre la corredora olímpica Wilma Rudolph.
- **La ciencia.** Sugiérale que lea un libro sobre Marie Curie, que ganó Premios Nobel tanto en el campo de la física como de la química.
- **La aventura.** Busquen un libro sobre Harriet Tubman, que se escapó de la esclavitud y trabajó para liberar a otros.

Después de que su hijo haya leído el libro, pídale que le cuente algunos de los hechos que ha aprendido.

La tarea: ¿debería su hijo volver a hacerla?

Muchos padres se preguntan si deberían obligar a sus hijos a volver a hacer la tarea que hicieron incorrectamente. Los expertos dicen que si solo parte del trabajo de su hijo está mal hecho, usted puede señalarle los errores y dejar que él decida si quiere corregirlos.

Esto le transmite a su hijo que su tarea es su responsabilidad. Además, disminuye las peleas sobre la tarea. Y si él no corrige su trabajo, el maestro podrá ver en qué áreas necesita ayuda.

Pero si todas las respuestas son incorrectas, ayúdelo a comprender la tarea e intentar de nuevo, o sugiérale que le pida ayuda al maestro.

Copyright © 2016, The Parent Institute®, www.parent-institute.com

ESCUELA PRIMARIA

Ayudando a los Niños a Aprender™

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

Marzo 2016

P y R ¿Qué debo decir cuando mi hijo se porta mal en la escuela?

P: El director de la escuela me llamó para decirme que mi hijo de quinto grado había tacleado a otro niño en el pasillo. El director quiere suspender a mi hijo por un día. Mi hijo dice que el otro niño le dijo cosas feas primero. ¿Debería ir a la escuela para quejarme?

R: Tarde o temprano, la mayoría de los niños se portan mal. Lo que cuenta es la lección que aprenden después. En este caso, discutir con el director le puede enseñar a su hijo la lección incorrecta. En lugar de eso, enséñele cómo no repetir su error. Aquí tiene algunas maneras de hacer esto:

- **Hable con su hijo sobre el incidente.** ¿Admite haber tacleado al otro niño? Dígale que es importante decir la verdad sobre lo que ha hecho.
- **Explíquele que pelear o lastimar** a las personas nunca está permitido, incluso si lo insultan o lo provocan de otra manera.
- **Ayude a su hijo a pensar** en otras maneras en que podría haber reaccionado. Por ejemplo, podría haber ignorado al niño que lo insultaba. También podría haberle avisado al maestro. Si hubiera hecho esto, el otro niño podría haber sido el que se metía en líos.
- **Hable de las razones** por las que las escuelas necesitan tener reglas.
- **Deje que asuma** las consecuencias de sus acciones. Durante el día en el que está suspendido, dígale que pase la misma cantidad de tiempo que hubiera pasado en la escuela estudiando o leyendo.

Cuestionario Para Padres

¿Es la lectura una rutina para su familia?

No existe una habilidad que su hijo aprenderá en la escuela que sea más importante que la lectura. Es la base para aprender muchas otras materias. Pero la lectura mejora con la práctica. ¿Está haciendo que la lectura sea una actividad cotidiana en la vida de su hijo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

___1. **¿Tiene** su familia rutinas de lectura, como cuentos a la hora de dormir y visitas semanales a la biblioteca?

___2. **¿Lleva** materiales de lectura consigo cuando usted y su hijo van a hacer mandados o a los turnos médicos?

___3. **¿Está** construyendo una biblioteca familiar llena de sus libros favoritos?

___4. **¿Lo ve** su hijo a usted leyendo algo todos los días?

___5. **¿Le pide** a su hijo que lea algo en voz alta todos los días?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron sí, *usted está incluyendo la lectura en la rutina de su hijo. Para cada* no, *pruebe esa idea del cuestionario.*

❝ Los buenos hábitos formados en la juventud marcan toda la diferencia ❞.

—Aristóteles

Promueva las habilidades de investigar en Internet

Internet es una herramienta útil para investigar todo tipo de información. Para ayudar a su hijo a aprender algunas habilidades de investigación en línea, naveguen juntos por Internet en su casa o en la biblioteca, y jueguen a estos juegos:

- **Búsqueda del tesoro.** Haga una lista de 10 preguntas, cada una con una sola respuesta correcta. ¿Cuál es el río más largo en el continente de Asia? ¿Quién descubrió Plutón? Vea qué tan rápido usted y su hijo pueden encontrar las respuestas.
- **Búsqueda de hechos.** Escojan una figura histórica. Cada uno de deberá buscar en Internet hechos sobre esa persona. Compartan sus hechos, y luego voten qué información es la más interesante.

Reconozca las cosas que su hijo hace correctamente

Un estudiante frustrado dijo una vez, "Cuando hago algo bien, nadie lo recuerda. Cuando hago algo mal, a nadie lo olvida".

Los niños que tienen éxito en la escuela creen en sí mismos. Ellos saben que sus padres creen en ellos, también. Por eso, busque cada día por lo menos una cosa que su hijo haya hecho bien. Hable sobre ello. Y trate de olvidar de por lo menos un error que haya cometido.

Lleve la ciencia afuera

La primavera trae un clima variable a muchas partes del país. Por eso es un buen momento para realizar actividades científicas relacionadas con el clima. Con su hijo:

- **Haga un gráfico de la temperatura.** Ayude a su hijo a registrar la temperatura en un gráfico todos los días durante un mes. También puede registrar en el gráfico el número de días soleados, nevados, lluviosos y nublados.
- **Medir la lluvia.** Ayude a su hijo a usar una regla para marcar cada cuarto de pulgada en el exterior de un tarro de lados rectos. Coloquen el tarro afuera. Síganle la pista a la lluvia.

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Alison McLean.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.
Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.
Gerente de Producción: Pat Carter.
Formato e Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.
Copyright © 2016, The Parent Institute®, una división de NIS, Inc.
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1056

Copyright © 2016, The Parent Institute®, www.parent-institute.com