

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Diciembre 2019

The School District, City of Erie
Federal Programs

Establecer relaciones significativas ayuda a recordar lo que se aprende

Cuando su hijo realmente ha aprendido algo, lo almacena en su memoria a largo plazo. Así puede recordar la información cuando la necesita.

Los estudios revelan que retener información nueva es más fácil cuando se la relaciona con algo que ya tiene sentido. Para aprender palabras nuevas, por ejemplo, en lugar de simplemente repetir las una y otra vez, su hijo podría pensar en sus significados. Si bien ambos métodos podrían funcionar a corto plazo, hacer hincapié en el sentido conduce a una mejor memoria a largo plazo.



Para ayudar a su hijo a aprender y recordar información nueva:

- **Invente una historia.** Si está tratando de memorizar los primeros tres presidentes en orden, convierta la lista en una historia con la que se pueda relacionar: "Un día, George Washington fue al parque. Allí conoció a John Adams, y jugaron juntos en el subibaja. Cuando llegó Thomas Jefferson, los tres presidentes fueron a los columpios".
- **Concéntrese en la imagen completa.** En lugar de decirle a su hijo que repita un dato como, "Júpiter es el planeta más grande", ayúdelo a relacionarlo con un concepto más amplio. "Todo lo que hay en el planeta más grande del sistema solar es grande. La Gran Mancha Roja de Júpiter es más grande que la Tierra".

Fuente: J.A. Meltzer y otros. "Electrophysiological signatures of phonological and semantic maintenance in sentence repetition," *NeuroImage*, Elsevier.



Escuche los conflictos emocionales, pero no se apresure a compadecerse

¿Es posible ser demasiado comprensivo con las emociones negativas de los niños? Los expertos sostienen que sí. En un estudio, los padres que fueron demasiado comprensivos con los sentimientos negativos de sus hijos pensaban que ellos se adaptaban mejor socialmente que otros niños.

Sin embargo, los maestros de los niños dijeron que se adaptaban peor. ¿Por qué se dio esta desconexión? Podría deberse a que cuando los padres apoyan todo sentimiento negativo de sus hijos, los niños nunca consideran que ese estado de ánimo tal vez no esté justificado.

Esto no significa que debería ignorar los sentimientos de su hijo. Si él está ofendido con alguien:

- **Pregúntele qué sucedió.** Anime a su hijo a abrirse, pero no asuma

automáticamente que él es una víctima.

- **Profundice.** ¿Fue la corrección de su examen realmente "injusta"? Pregúntele, "¿Por qué no fue justo?" Si la verdad es que no estudió, dígame que la nota está bien; y que él fue irresponsable.

Fuente: V.L. Castro y otros, "Changing tides: Mothers' supportive emotion socialization relates negatively to third-grade children's social adjustment in school," *Social Development*, John Wiley & Sons, Inc., nswc.com/elem_negative.

Use un temporizador para fomentar la concentración

Trabajar en períodos de tiempo cortos ayuda a algunos estudiantes a mantenerse concentrados. Si su hijo se distrae o desanima con el trabajo, ponga un temporizador por 10 minutos. Dígame que trabaje hasta que suene la alarma. Después de un descanso corto, vuelva a programar el temporizador y dígame que trabaje por 10 minutos más.



Tres puntos clave para el éxito

¡Aprender requiere mucha dedicación! Para apoyar el esfuerzo de su hijo en la escuela, asegúrese de que estos tres aspectos estén cubiertos:

1. **Suficiente sueño.** Los niños de seis a 13 años necesitan dormir entre nueve y 11 horas por día.
2. **Un desayuno nutritivo.** Muchos estudios revelan que tomar el desayuno ayuda a los niños a concentrarse y portarse bien en clase, y a obtener mejores calificaciones.
3. **Confianza en uno mismo.** Si usted cree que su hijo puede tener éxito, él también lo creará. Cuando se vaya a la escuela, despídalo con una actitud positiva.



Juego chistoso de gramática

En la escuela primaria, los niños aprenden cómo combinar las categorías gramaticales (*sustantivos, adjetivos, verbos*, etc.) para formar oraciones. Para que practicar esto sea divertido, haga un juego de completar los espacios en blanco:

1. **Escriba una historia** de aproximadamente 10 oraciones. No se la muestre a su hijo.
2. **Reemplace algunas palabras** por espacios en blanco. Por ejemplo, "Después de la escuela, la niña comió un bocadillo ____ (*adjetivo*)".
3. **Dígame a su hijo** que complete los espacios en blanco con palabras. Puede decirle "Un adjetivo es una palabra que describe algo, como *viscoso*". Las palabras chistosas harán que la actividad sea más divertida.
4. **Lean juntos** la historia terminada.



¿Cómo puedo evitar que el despliegue afecte a mi hijo?

P: Mi esposo está sirviendo en el extranjero y no estará en casa para las fiestas. Esto está afectando mucho a mi hijo de tercer grado, y sus calificaciones están sufriendo. ¿Cómo puedo ayudarlo a superar esta etapa tan difícil?

R: Separarse de un padre es muy duro para los niños, y la situación puede empeorar durante las fiestas. Para ayudar a su hijo a superar este momento y volver a encarrilarse:



- **Explíquelo que está bien** que extrañe a su padre. “Los dos amamos mucho a papá. Y, por supuesto, lo extrañamos”. Dígale a su hijo que puede hablar con usted cuando se sienta triste.
- **Infórmele al maestro** de la situación. Tal vez su hijo sienta que tiene que ser valiente en casa, pero podría confiar en su maestro. Pregúntele cómo puede ayudar a su hijo a mejorar su trabajo escolar.
- **Fomente la comunicación** de su hijo con su padre tanto como sea posible. Ayúdelo a llamar, o a enviar videos o correos electrónicos.
- **Hable con su hijo** sobre las tradiciones festivas que desean continuar. Las fiestas no serán iguales a otros años, pero aun así pueden ser especiales.
- **Busque maneras** de ayudar a otros con su hijo. Esto podría ayudarlo a poner sus propios problemas en perspectiva.

Cuestionario Para Padres

¿Ayuda a su hijo a manejar los proyectos?

A medida que los niños crecen, los proyectos escolares que les asignan son más complicados y requieren más tiempo. ¿Está ayudando a su hijo a lidiar con las demandas de un proyecto grande? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Hace** una lluvia de ideas con su hijo si necesita ayuda para escoger un tema?
2. **¿Le muestra** a su hijo cómo dividir el proyecto en pasos pequeños? Dígale que los anote en su calendario, y los vaya tachando a medida que los complete.
3. **¿Ayuda** a su hijo a hacer una lista de los materiales que necesitará, para así evitar los viajes de último minuto a la tienda?
4. **¿Lleva** a su hijo a la biblioteca y le pide a la bibliotecaria recursos que podrían ayudarlo?

5. **¿Revisa** el trabajo de su hijo, pero deja que él lo haga por sí mismo?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está fomentando el éxito de su hijo en los proyectos grandes. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“Todos los proyectos presentan desafíos, y todos traen recompensas”.
—Stephen Schwartz

Hablen de la honestidad

En la escuela primaria, la mayoría de los niños saben la diferencia entre la honestidad y la mentira. Pero no siempre comprenden la importancia de decir la verdad. Para fomentar la honestidad:

- **Hable con su hijo** de por qué es tan importante. ¿Quiere que los demás le digan la verdad a él? ¿Piensa que mentir está bien?
- **Deje en claro** que usted valora la honestidad. Usted se siente feliz cuando él le dice la verdad, incluso si ha hecho algo mal.
- **Hable de las consecuencias** de mentir. Si su hijo miente, las personas no confiarán en él cuando diga la verdad.
- **Dé un buen ejemplo.** Los niños se dan cuenta cuando los padres dicen la verdad, y también cuando no lo hacen.

Tenga expectativas adecuadas

Establecer expectativas altas, pero realistas, para su hijo puede motivarlo a alcanzarlas. Centre sus expectativas en su hijo y evite hacer comparaciones con otras personas. Anímelo a dar su máximo. Y luego dígale que usted está orgulloso de su esfuerzo, y que él también debería estarlo.

Aprendan en las vacaciones

Las vacaciones de invierno son un momento ideal para ayudar a su hijo a descubrir maneras divertidas de aprender fuera del salón de clases. Prueben juntos estas actividades:

1. **Asistan a acontecimientos festivos.** Busque con su hijo en el periódico o en línea obras y conciertos gratuitos o lugares para visitar.
2. **Exploren la cultura** a través de la comida. Deje que su hijo lo ayude a preparar platos festivos que usted recuerda de su infancia. O investiguen y preparen un plato que no hayan probado.
3. **Aprendan sobre la historia** de su familia. Ayude a su hijo a entrevistar a algunos de sus familiares. Podría grabar o escribir las conversaciones.



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 © 2019, 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