

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Marzo 2022

Pitt County Schools

A su hijo le quedan más cosas por aprender cuando termina un examen

Los escolares de primaria comprenden la idea de aprender el material para un examen. Pero ¿sabe su hijo que puede aprender mucho del examen una vez que lo termina? A menos que su estudiante siempre obtenga la calificación máxima, se beneficiará de hacer una revisión después del examen.



Cuando su hijo reciba el examen corregido, pídale que:

- **Tome nota** de qué preguntas respondió bien y qué preguntas respondió incorrectamente. Debería corregir las respuestas incorrectas y asegurarse de comprender el material.
- **Identifique el tipo de errores** que cometió. Los errores suelen ser de dos tipos: por descuido o por falta de preparación. ¿Se apresuró al responder la pregunta o debería haber estudiado más antes del examen?
- **Planifique ajustes** para los próximos exámenes. Hagan una lluvia de ideas juntos sobre cómo su hijo puede disminuir los errores por descuido. Por ejemplo, podría leer cada pregunta dos veces y volver a revisar las respuestas antes de entregar.

Para los errores por falta de preparación, la solución es estudiar más. Su hijo debería empezar a estudiar varios días antes del examen. De esa manera, tendrá tiempo para preguntarle al maestro cualquier cosa que no comprenda. El último día debería dedicarlo a hacer un repaso general de todo una última vez y no a aprender cosas nuevas.



Dé el ejemplo para fomentar la lectura

Al observarlo a usted, su hijo aprende que las cosas que hace con frecuencia son importantes. ¡Muéstrole que leer es una de esas cosas!

Para ser un buen modelo a seguir en cuanto a la lectura:

- **Siéntese a leer un libro**, un periódico u otro material de lectura todos los días. Hable con su hijo sobre por qué cree que leer vale la pena.
- **Use el diccionario** cuando encuentre una palabra de cuyo significado no está seguro. Pregúntele a su hijo si sabe el significado.
- **Lea fragmentos en voz alta** cuando encuentre algo que considere que a su hijo podría parecerle interesante. Esto incluso podría motivarlo a leer el resto por su cuenta.
- **Acompañe a su hijo.** Cuando lo vea leyendo, lea usted también. Pónganse cómodos y disfruten juntos.
- **Regáله libros.** Eso le mostrará a su hijo que usted considera que los libros son valiosos. Anímelo a regalar libros, también.

Inculque coraje para probar

Se requiere coraje para hablar en clase, superar los miedos y hacer lo correcto. Explíquelo a su hijo que el coraje no requiere fuerza física. Puede desarrollarlo probando cosas nuevas y aprendiendo de los resultados. Luego, asegúrese de felicitarlo por su coraje cuando lo haga.



Asígnale tiempo a cada tarea

Algunos estudiantes pierden el tiempo y nunca completan las tareas. Otros son perfeccionistas y nunca dejan de trabajar. Administrar el tiempo es importante para ambos tipos de niños. Para enseñarle a su hijo cómo hacerlo:

- **Hable** con su hijo antes de que empiece una tarea. Defina una cantidad de tiempo de trabajo razonable.
- **Adviértale** cuando falten cinco minutos para que se termine el tiempo.
- **Evalúe** el progreso. Si no ha terminado cuando finaliza el tiempo, ayúdelo a pensar en otras formas de trabajar o a conseguir ayuda.

Tener un hogar tranquilo promueve el bienestar

El estrés afecta la salud y hace que sea más difícil para los estudiantes concentrarse en el trabajo escolar. Para hacer de su hogar un refugio para las situaciones estresantes de la vida:

- **Practique eliminar el estrés.** Enséñele a su hijo a respirar hondo o poner música relajante cuando esté estresado.
- **Manténgase organizado.** Mantenga las cosas en los lugares asignados para evitar estresarse al buscarlas.
- **Priorice el sueño.** Su hijo necesita dormir entre nueve y 12 horas cada noche.
- **Comparta** buenas noticias. Pídale a todos que cuenten al menos una cosa buena que haya sucedido cada día.
- **Ríanse.** Cuenten chistes e historias graciosas.





Los proyectos grandes frustran a mi hijo. ¿Cómo lo ayudo?

P: Mi hijo de quinto grado se vuelve olvidadizo y disperso cuando se enfrenta a un gran proyecto. Tengo que darle una mano para ayudarlo a que termine el trabajo. ¿Cómo puedo enseñarle a abordar los proyectos de manera responsable?

R: Los grandes proyectos les parecen abrumadores a muchos niños. Y es difícil que los estudiantes los manejen de forma responsable hasta que aprenden cómo hacerlo.

Para enseñarle a su hijo a lograrlo, ayúdelo a:

- **Dividir el proyecto en partes.** Explíquelo que incluso los proyectos muy extensos pueden dividirse en tareas pequeñas y manejables. Por ejemplo, "No pienses en el informe como una tarea muy extensa. Piensa en que tienes que leer, hacer un esquema, escribir una introducción, etc." Recuérdele a su hijo que sabe cómo hacer estas cosas.
- **Establecer fechas límite** para cada parte del proyecto. Pídale que escriba las fechas en el calendario. Señale las fechas límite que se acercan, pero deje que él haga el trabajo.
- **Hacer una lista de materiales** enseguida. Desde ya, necesitará que usted lo ayude a conseguir los materiales, pero él puede pensar en lo que necesita. ¿Y si se olvida de algún material? Deberá ver de qué manera puede prescindir de él.
- **Enfrentar las consecuencias.** Si su hijo se retrasa y usted interviene para ayudarlo a terminar a tiempo, aprenderá a confiar en usted en lugar de en sí mismo. Es posible que tenga algún traspie las primeras veces que haga un proyecto por su cuenta, pero aprender de los "golpes" que recibe lo ayudará en el largo plazo.



Cuestionario
Para Padres

¿Está listo cuando llega la frustración?

Los estudiantes necesitan saber cómo lidiar con los inconvenientes y molestias menores que ocurren en la vida de todos de vez en cuando. ¿Está ayudando a su hijo a aprender a lidiar con la frustración? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Comprende** que no le corresponde a usted proteger a su hijo de todos los altibajos de la vida?
2. **¿Anima** a su hijo a que siga intentando cuando está atascado? Haga preguntas para ayudarlo a pensar en soluciones.
3. **¿Ayuda** a su hijo a identificar sus emociones? "Estás frustrado porque este trabajo de ciencias te está llevando más tiempo de lo que esperabas. Ya lo vas a terminar".
4. **¿Hace hincapié** en la relación entre el esfuerzo y los resultados?

5. **¿Señala** historias de personas que han superado dificultades?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está enseñándole a su hijo a superar la frustración. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

"La paciencia elimina la frustración. La práctica restaura la confianza. La perseverancia permite que suceda".
—Charles F. Glassman

Investiguen sobre el clima

El viento, la lluvia, las temperaturas bajo cero y el sol cálido: en muchos lugares, en marzo hay un poco de todo. Este mes, ayude a su hijo a:

- **Lleven un registro** de la temperatura. Pídale a su hijo que registre la temperatura de cada día en un gráfico. También puede graficar la cantidad de días que el clima estuvo ventoso, lluvioso o primaveral.
- **Desarrolle el vocabulario.** Busquen el significado de palabras relacionadas con el clima, como *inclemencias*, *gélido*, *frente* y *torbellino*.
- **Use internet** para buscar información y actividades para niños. Pruebe las siguientes opciones: Clima extremo (www.extremescience.com/weather.htm); SciJinks (<https://scijinks.gov>); página del clima para niños (<https://eo.ucar.edu/webweather>) (disponibles en inglés).



Descubra a la verdadera mujer maravilla

Para celebrar el Mes de la Historia de la Mujer, lean una biografía juntos. Si a su hijo le agrada:

- **La ciencia**, lean un libro sobre Mary Anning, cuyos descubrimientos de fósiles junto al mar lograron avances en el área de la paleontología.
- **La música**, aprendan más sobre la superestrella de la música country Dolly Parton, cuyo trabajo caritativo incluye la distribución de más de 165 millones de libros a niños.
- **Los deportes**, lean sobre Gertrude Ederle, que fue la primera mujer en cruzar a nado el Canal de la Mancha y, además, marcó un récord de velocidad al hacerlo.

Espacie las sesiones de estudio

El aprendizaje verdadero —que hace que su hijo retenga información a largo plazo— requiere tiempo para repasar y pensar en el material. Su hijo aprovechará más varias sesiones de estudio cortas distribuidas en el tiempo que una larga. Desanime el estudio intensivo la noche anterior al examen, que puede aumentar los nervios de su hijo y no permitirle pensar claramente.

Fuente: G. Dewar, Ph.D. "Spaced learning: Why kids benefit from shorter lessons — with breaks," Parenting Science.

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.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2022, 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