

Escuela Primaria

Los Padres

¡hacen la diferencia!

This Newsletter is Being Provided by
Education Service Center Region 15



Este año lectivo, comprométase a promover la buena asistencia

Los maestros de su hijo harán lo mejor posible para ayudarlo a aprender y triunfar en la escuela. Pero hay una cosa que *solo usted* puede hacer: asegurarse de que vaya a la escuela todos los días.

Los niños que no asisten a la escuela se atrasan y obtienen puntuaciones más bajas en los exámenes. También pueden tener dificultades para hacer y mantener amistades, sobre todo en la escuela primaria.

La frecuencia con la que un niño falta a la escuela primaria establece un patrón de ausencias para los años lectivos futuros. Faltar mucho a la escuela puede conducir al abandono escolar.

Para reforzar la importancia de la asistencia escolar:

- **Dígale a su hijo** que su educación es importante. El trabajo de su hijo es asistir a la escuela, puntualmente, todos los días.

- **Hable de algunas** consecuencias de faltar a la escuela: hacer trabajo de recuperación, no ver a los amigos, no comprender el material.
- **Solamente deje que su hijo** falte a la escuela si está enfermo o se presenta una emergencia familiar. No deje que se quede en casa para ponerse al día con la tarea ni para dormir.
- **Programe las citas médicas** durante las horas en que no haya clases.
- **Programe las vacaciones** para cuando no haya clases.
- **Lleve un registro** de las ausencias de su hijo. Busque cualquier patrón que necesite atención.
- **Hable con el maestro** o el consejero escolar si su hijo no quiere asistir a la escuela con frecuencia.

Fuente: "10 Facts About School Attendance," Attendance Works, niswc.com/elem_attendance-priority.

Dormir bien en la noche es clave para el aprendizaje



Cuando su hijo no duerme suficiente, el aprendizaje en la escuela sufre. Esto se debe a que el sueño

afecta la capacidad de su hijo para:

- **Planificar y organizar.**
- **Resolver problemas.**
- **Controlar el humor y la conducta.**
- **Concentrarse y prestar atención.**
- **Retener información.**

Para ayudar a su hijo a dormir las nueve a 12 horas recomendadas por noche, siga estos pasos:

- **Seguir un horario.** Haga cumplir una hora regular para acostarse y despertarse. Programe horas para las comidas, la tarea, y el tiempo de descanso.
- **Animarlo a moverse.** Tanto el ejercicio como el aire fresco ayudan a los niños a dormir mejor.
- **Establecer una hora** para desconectar la tecnología. Los niños deben dejar de usar pantallas una hora antes de acostarse.
- **Seguir una rutina nocturna.** Él podría bañarse, disfrutar un cuento y compartir la parte favorita de su día. Luego, a dormir.
- **Hacer que se sienta seguro.** Coloque una luz de noche en su cuarto. Dígame que regresará periódicamente para revisarlo.

Fuente: "Healthy Sleep Habits: How Many Hours Does Your Child Need?" American Academy of Pediatrics, niswc.com/elem_get-sleep.

Fomente la independencia durante la hora de la tarea de su hijo



Normalmente empieza con una pregunta sencilla: “¿Cómo se escribe *Washington*?” Y antes de que usted se dé cuenta,

ha pasado los siguientes 20 minutos respondiendo a todas las preguntas de la tarea de su hijo.

Con frecuencia, su hijo deberá buscar y aprender datos a modo de tarea. Es importante que usted lo anime a que lo haga por su propia cuenta.

Primero, dígame a su hijo que debe tratar de responder a todas las preguntas de tarea por su propia cuenta. Debería comenzar con las preguntas cuyas respuestas ya sabe y saltar las que le generen problemas. Luego, debería volver y pensar en las preguntas que no pudo responder la primera vez.

Entonces, y solo entonces, su hijo podrá pedir ayuda. Y cuando lo haga, mantenga su meta en mente: usted no solo quiere que él consiga la respuesta

correcta. Usted quiere que él aprenda *cómo* conseguir la respuesta correcta por sí mismo.

Por eso, si su hijo le pide a usted que deletree alguna palabra, no lo haga inmediatamente. En lugar de eso, pregúntele, “¿Dónde podrías buscar esa palabra?” A continuación, saque el diccionario o su libro de estudios sociales y pídale que lo investigue.

Mostrarle a su hijo cómo buscar información por sí mismo es la manera más eficaz de ayudarlo a aprender datos ahora y estar preparado para aprender más en el futuro.

“Los mejores regalos que usted les puede dar a sus hijos son las raíces de la responsabilidad y las alas de la independencia”.

—Denis Waitley

Hable con su hijo sobre la importancia de mostrar respeto



Comportarse de manera respetuosa es tan importante en la escuela como en la casa. Para mostrar respeto en la escuela, los estudiantes deben:

- **Saludar al maestro** por su nombre. Su hijo debería sonreír, hacer contacto visual con el maestro y decir, “Buenos días, Señora García”.
- **Ser cortés.** Su hijo debería decir *por favor*, *gracias* y *con permiso* a los maestros y compañeros de clase.
- **Hacer lo que se espera.** Todos en la escuela tienen un trabajo que realizar. Si el maestro no planea las lecciones, nadie puede aprender nada. Si los estudiantes no hacen sus trabajos, es decir, la tarea o escuchar al maestro, el aprendizaje se dificulta para todos.

- **Levantar la mano.** Imagínese cómo sería estar en una clase con 30 estudiantes si todos ellos quieren atención en el mismo momento. Cuando su hijo levanta la mano y espera hasta que el maestro lo llame, está demostrando autocontrol y respeto hacia los demás.
- **Participar en discusiones** de clase de manera regular.
- **Aceptar los comentarios** del maestro. Los maestros quieren que los estudiantes aprendan. Eso significa que tienen que señalar los errores y las áreas en las que los estudiantes pueden mejorar. Su hijo tendrá más éxito en la escuela si aprende a aceptar los comentarios constructivos con una actitud positiva.

Fuente: R.K. Payne, Ph.D., *Understanding Learning: The How, the Why, the What, Aha!* Process Inc.

¿Le está enseñando a su hijo a recuperarse del fracaso?



A algunos padres les gustaría envolver a sus hijos en una burbuja protectora para que nunca tengan que experimentar el fracaso.

Pero superar la decepción puede enseñar lecciones importantes.

¿Está ayudando a su hijo a aprender del fracaso? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Le da** a su hijo la oportunidad de resolver los problemas por sí mismo en lugar de ayudarlo inmediatamente?
 2. **¿Anima** a su hijo a pensar sobre lo que podría hacer de manera diferente la próxima vez que esto suceda?
 3. **¿Es usted** un buen modelo de conducta? Cuando fracasa en algo, ¿habla de ello y de cómo resolver el problema?
 4. **¿Ayuda** a su hijo a mantener la actitud correcta ante las decepciones? “Tal vez no hayas sacado una A en tu examen, pero sí sacaste una mejor puntuación que la última vez!”
 5. **¿Le muestra** a su hijo cómo ser un ganador humilde y un perdedor cortés?
- ¿Cómo le está yendo?**

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, está ayudando a su hijo a aprender a recuperarse de las decepciones. Para cada respuesta *no*, intente la idea 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 © 2019, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada.

Empleador con igualdad de oportunidad.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.
Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Comience el año lectivo con el pie derecho siguiendo rutinas y hábitos



Es el principio del año lectivo y el momento perfecto de prepararse para tener éxito. Intente estas estrategias sencillas:

- **Organícese en la noche.** Para muchas familias, organizarse en la noche evita la hora pico en la mañana. Usted puede revisar los papeles de la escuela, empacar y refrigerar los almuerzos, colocar las mochilas cerca de la puerta y escoger la ropa.
- **Establezca rutinas para dormir.** Escoja una hora razonable para acostarse de modo que todos estén bien descansados a la hora de levantarse. Asegúrese de que se respete la hora de acostarse acordada.
- **Desarrolle hábitos matutinos.** Si su hijo hace las mismas cosas en el mismo orden todos los días, es menos probable que se olvide de algún paso.
- **Escoja una hora** para realizar la tarea. Escoja con su hijo una hora cuando él tenga más energía y motivación para realizar la tarea. Cree un lugar donde él pueda estudiar tranquilo (con los materiales necesarios) y dónde pueda trabajar a la misma hora todos los días.
- **Use herramientas de organización.** Enséñele a su hijo cómo usar calendarios, listas de control y un sistema para archivar los trabajos escolares y los papeles importantes.
- **Establezca prioridades.** Marque las actividades como la tarea escolar, las comidas en familia e incluso el tiempo libre, en un calendario. Trátelas como citas. Si quedan bloques de tiempo libre, su hijo puede agregar actividades.

Leerle en voz alta a su hijo fortalece las habilidades de lectura



Aunque su hijo ya sepa leer por su propia cuenta, es beneficioso que usted continúe leyéndole en voz alta.

Leer en voz alta le da a su hijo tiempo valioso con usted, y lo expone a ideas, conceptos y vocabulario que tal vez no aprendería de otra manera. Cada vez que leen juntos, contribuyen más a su conjunto de conocimientos y fortalecen las habilidades de comprensión lectora.

Para fomentar las habilidades de vocabulario de su hijo mientras leen, defina las palabras que él no sabe. Luego pregúntele si puede pensar en palabras que tengan un significado semejante u opuesto.

De vez en cuando, vea si su hijo puede adivinar el significado de una palabra desconocida por la manera en que se usa en una oración. Dé ejemplos de cómo la palabra se podría usar en otro contexto. Por ejemplo, mencione

cómo la palabra *alto* puede usarse como sustantivo (Mira la señal de *alto*), o como adjetivo (como un hombre *alto*).

Mientras leen, también puede ayudar a su hijo a fortalecer otras habilidades, tales como las de:

- **Escuchar y hablar.** Después de que haya leído un pasaje, pídale a su hijo que le cuente sobre lo que escuchó. Haga preguntas específicas como: ¿Qué hizo el protagonista? ¿Dónde lo hizo? ¿Cómo hizo sentir a su mamá?
- **La memoria.** No comience a leer en dónde dejaron se detuvieron la noche anterior de inmediato. Primero, dígame a su hijo que recuerde dónde se quedaron en la historia.
- **El reconocimiento de las palabras.** Deje de leer de vez en cuando. Pídale a su hijo que le lea una o dos frases a usted. Ayúdelo a pronunciar las nuevas palabras. Luego, pídale que vuelva a leer las mismas frases.

P: Mi escolar de primer grado es un niño muy tímido y tiene dificultades para formar amistades. Me preocupa bastante que esto lo afecte negativamente en escuela. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a salir de su cáscara?

Preguntas y respuestas

R: Algunos niños tienen mucha autoestima y otros no la tienen. Aunque usted no puede cambiar la personalidad de su hijo, sí puede ayudarlo a sentirse más seguro cuando habla y trabaja con los demás.

Para ayudar a su hijo a fortalecer sus habilidades sociales:

- **Haga un juego de roles** con él. Los niños tímidos no siempre saben qué decirle a otro niño. Diga, “Imaginemos que tú estás en el recreo en la escuela. Joaquín y Esteban están jugando a un juego divertido y a ti te gustaría participar en él. ¿Qué podrías decirles?” Al principio tal vez su hijo pueda fingir ser uno de los otros niños. Y usted puede fingir que es él. Pero, a continuación, cambien de roles y dele a él la oportunidad de representarse a sí mismo.
- **Lean libros sobre la amistad.** Hablen sobre lo que hacen, y no hacen, los buenos amigos. Mientras que su hijo piense en las características que posee alguien que es un buen amigo, tal vez busque a un compañero de clase que pueda ser su amigo.
- **Desarrolle las fortalezas** de su hijo. Utilícelas como una manera de que él conozca a otros niños que compartan sus intereses. ¿Le gusta el arte? Tal vez podría tomar una clase de arte en un centro comunitario. ¿Es un deportista aficionado? Tal vez quiera jugar en un equipo de fútbol. Así, mientras su hijo practica la habilidad que disfruta, ¡es posible que desarrolle la confianza en sí mismo que necesita para formar amistades!

Enfoque: el equipo hogar-escuela

La relación entre padres y maestros afecta el aprendizaje



Los estudios revelan de manera sistemática que la participación de los padres en la educación de sus hijos está vincu-

lada con el éxito académico de los estudiantes. Cuando los maestros, los padres y los estudiantes trabajan juntos, ¡los resultados son asombrosos!

La relación entre la familia y la escuela es igual que todas las demás relaciones: es decir, requiere de confianza, comunicación eficaz y respeto. Para comenzar con el pie derecho:

- **Siente las bases.** Asista a los eventos de regreso a la escuela para mostrar interés. Preséntese al maestro e intercambien datos de contacto. Pregúntele cómo usted puede apoyar el aprendizaje de su hijo en casa. Llene y devuelva los formularios de la escuela oportunamente. Y déjele saber a su hijo que usted y la escuela están en el mismo equipo.
- **Comparta información** durante el transcurso del año lectivo. Informe al maestro si suceden cambios en su casa, como un hermano nuevo o un divorcio, que podrían afectar a su hijo en el salón de clase.
- **Comuníquese con respeto.** Haga pedidos corteses en vez de exigencias. Es útil usar la palabra *nosotros* en lugar de *usted*. ¿Cómo podemos mantenernos en contacto para ayudar a José?" El maestro es su aliado, no su contrincante.
- **Mantenga una actitud positiva.** Cuando hable con el maestro más tarde en el año, es probable que aprenda sobre las fortalezas de su hijo. Pero, prepárese para escuchar sobre sus debilidades y dificultades, también. Reaccione con calma y recuerde: usted y el maestro quieren que su hijo tenga éxito.

Actividades sencillas para apoyar el aprendizaje de su hijo

La vida en familia hoy día es tan abrumada que puede ser imposible participar de manera activa en la educación de su hijo. Pero, hasta en los días más atareados, existen cosas que usted puede hacer para apoyar el aprendizaje de su hijo:

- **Escuche y responda** cuando su hijo le hable.
- **Lean juntos.**
- **Abastezca su casa con libros** y otros materiales de lectura.
- **Hágale preguntas a su hijo** sobre ortografía, matemáticas y otros datos.
- **Cuente anécdotas familiares.**
- **Comparta poemas** y canciones favoritas con su hijo.
- **Busquen juntos palabras** en el diccionario.
- **Comenten las noticias cotidianas.**
- **Localicen en un mapa** los lugares que se mencionan en las noticias.
- **Repase la tarea de su hijo** todas las noches.



- **Jueguen a juegos de palabras,** trabalenguas y acertijos.
- **Jueguen juegos de mesa.**
- **Limite la cantidad de tiempo** que su hijo pasa frente a una pantalla con fines recreativos.

Fomente la disciplina en casa para mejorar la conducta en la escuela



El personal de la escuela de su hijo trabaja para enseñarles disciplina a los estudiantes, pero ellos no pueden hacer

el trabajo solos. Los padres también pueden ayudar a promover la buena disciplina.

- Como padre, usted puede:
- **Trazar metas positivas** para cambiar la mala conducta. Concéntrese en lo que quiere que su hijo haga, no lo que quiere que evite.
- **Cumplir con su palabra.** Comunique claramente las expectativas y los límites. Si establece una regla, aplíquela sistemáticamente.

- **Involucrar a su hijo** en la resolución de los problemas. Los niños que han ayudado a resolver un problema normalmente están más comprometidos con la solución.
- **Imponer consecuencias lógicas** por la mala conducta.
- **Brindar opciones,** asegurándose de antemano que sean aceptables para usted. Las opciones limitadas funcionan mejor, sobre todo para los niños más pequeños.
- **Mostrar su amor.** La disciplina firme y compasiva es un acto de amor, no una manera de reemplazarlo. Su hijo debe saber que usted lo ama incondicionalmente.