

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Enero 2021

La Mesa - Spring Valley School District
Extended School Services Program

Las pruebas y los exámenes de práctica son útiles para estudiar

Las investigaciones revelan que algunas maneras de estudiar para los exámenes funcionan mejor que otras. Una de las técnicas más eficaces es rendir exámenes de práctica. Esto se debe a que, para responder una pregunta, su hijo debe recordar la información, y esto ayuda a fijarla en su mente.



Los exámenes de práctica pueden hacerse de varias maneras, incluyendo:

- **Pruebas en la clase.** Ayude a su hijo a comprender que las pruebas son oportunidades de practicar cómo recordar el material. Después de rendir una prueba y ver qué puntaje obtuvo, dígame que corrija las respuestas incorrectas y guarde la prueba para usarla para estudiar más adelante.
- **Trabajar con otros.** Usted puede ayudar a su hijo a estudiar haciéndole preguntas de sus hojas de trabajos y fotocopias de clase. O él podría llamar a un compañero de estudio de su clase.
- **Estudiar independientemente.** Su hijo puede trabajar con tarjetas didácticas. O puede crear sus propios exámenes de práctica. Ayúdelo a leer las notas, mirar las palabras de vocabulario y revisar las preguntas de sus materiales de clase, y pensar preguntas que el maestro podría hacer sobre todo esto. Luego puede practicar cómo responderlas.

Anime a su hijo a no detenerse con un examen. ¡Los estudios revelan que realizar evaluaciones varias veces refuerza aún más el aprendizaje!

Fuente: E. Kang, "5 Research-Backed Studying Techniques," Edutopia, nismwc.com/practice-test.



Enseñe destrezas matemáticas con palillos

Con una caja de palillos o mondadientes usted puede ayudar a su hijo a aprender importantes habilidades matemáticas como razonar, reconocer patrones e incluso geometría básica mientras se divierten. Aquí tiene algunos juegos simples:

- **El último gana.** Este es un estupendo juego para dos personas. Coloque 12 palillos sobre la mesa. Colóquese con su hijo para quitar uno o dos de ellos. El jugador que se lleva el último gana. (Deben tratar de dejar tres palillos en la mesa para garantizar la victoria en el próximo turno).
- **¿Puedes copiar esto?** Cree un diseño con cinco palillos. Deje que su hijo lo observe durante tres segundos aproximadamente. Luego cúbralo y vea si puede recrearlo de memoria.
- **Triángulos tramosos.** Dele siete palillos a su hijo. ¿Cuántos triángulos puede armar?

Para más diversión, visiten nismwc.com/toothpick y hagan algunas de las actividades propuestas por la Universidad de Hawái en Manoa.

Reactive la determinación

Enero es el momento ideal para los nuevos comienzos. Pregúntele a su hijo cómo cree que está yendo el año escolar. Piensen algunas maneras de mejorarlo. Su hijo podría procurar:

- **Comprometerse** a una rutina de estudio y sueño.
- **Entregar** los trabajos a tiempo.
- **Dar** pasos específicos para dominar una habilidad nueva.

Evite el mal comportamiento antes de que suceda

Su hijo, ¿repite el mismo mal comportamiento a menudo? Como usted puede predecir este comportamiento, puede pensar maneras de evitarlo antes de que suceda.

Si su hijo tiende a distraerse e irritarse durante el tiempo de estudio a la tarde, por ejemplo, tal vez sea porque tiene hambre. Deje que coma un bocadillo saludable antes de sentarse a trabajar.



Si hace un berrinche a la hora de acostarse, tal vez necesite una rutina más larga a la noche para hacer la transición del juego a la cama.

Optimice la lectura en voz alta

Leer en voz alta es una gran manera de aumentar el vocabulario de su hijo y su interés en la lectura. Por eso, no deje de hacerlo cuando él aprenda a leer por sí mismo. Para obtener los mejores resultados:



- **Lean en voz alta** todos los días.
- **Denle un vistazo** al texto antes de leer.
- **Lean libros que le agraden a usted.** Si usted disfruta, su hijo también lo hará.
- **Haga énfasis en la primera oración.** Úsela para captar la atención de su hijo.
- **Lea con expresión.** Use un tono de voz distinto para cada personaje. Haga gestos faciales.
- **Frene la lectura** cuando su hijo todavía quiera seguir leyendo.



¿Cómo desvío la atención de mi hijo de los juegos a la escuela?

P: Mi hijo prefiere jugar juegos en línea que hacer cualquier otra cosa. Se apresura para terminar su trabajo escolar para poder retomar sus juegos, y esto se ve reflejado en sus calificaciones. Me agrada que tenga algo que lo haga feliz, pero querría que rindiera mejor en la escuela. ¿Qué debería hacer?

R: Los juegos en línea pueden ser una manera divertida de que los niños se relajen. Algunos incluso fomentan la actividad física y desarrollan habilidades académicas. Pero, ahora que hay menos actividades recreativas, muchos niños están pasando mucho más tiempo jugando en línea, y los diseñadores de juegos saben muy bien cómo captar por completo la atención de los niños.



Debido a que la cantidad de tiempo que su hijo pasa jugando juegos está interfiriendo con su aprendizaje, es momento de encontrar un equilibrio. Hágalo así:

- **Dígale a su hijo** que mejorar en la escuela es más importante que subir de nivel en un juego. Dígale que usted limitará la cantidad de tiempo que pasa en los juegos digitales para que tenga suficiente tiempo para estudiar.
- **Ofrézcale actividades recreativas alternativas.** Planifique actividades placenteras, como leer en voz alta, jugar juegos de mesa, hacer obras de arte y ejercitarse.
- **Establezca horarios libres de pantallas** para toda la familia, como durante las comidas, el tiempo de estudio y por lo menos 30 minutos antes de la hora de acostarse de su hijo.



¿Fomenta la responsabilidad académica?

Hacer los trabajos es parte de la responsabilidad de un estudiante. Sin embargo, hay muchos padres que se encargan ellos mismos de que el trabajo se haga. ¿Está animando a su hijo a asumir responsabilidad por el trabajo escolar? Responda sí o no a las siguientes preguntas:

1. **¿Le recuerda** a su hijo que sus trabajos son responsabilidad de él?
2. **¿Ha reservado** un horario fijo para que su hijo haga sus trabajos todos los días?
3. **¿Permite** que su hijo decida qué materia abordar primero?
4. **¿Revisa** el trabajo de su hijo cada día para verificar que lo haya completado?
5. **¿Le informa** al maestro si su hijo tiene dificultades con el trabajo escolar regularmente?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron sí, usted está ayudando a su hijo a aprender a cumplir con sus responsabilidades. Para cada respuesta no, pruebe esa idea.

"Lo que inculcamos en nuestros hijos serán los cimientos sobre los que construirán su futuro".
—Steve Maraboli

Desarrolle las habilidades que ayudan a leer para aprender

Después de aprender a leer, su hijo necesita comprender cómo leer para aprender. A fin de retener el material del texto, los estudiantes deben estudiar mientras leen. Muéstrela a su hijo como:

- **Darle un vistazo** al texto para encontrar los temas y puntos importantes. Primero debería mirar los títulos y subtítulos. Luego puede mirar las palabras en **negrita** y *cursiva*.
- **Tomar nota de los datos** y las ideas clave en su cuaderno a medida que lee.
- **Prestar atención a las ilustraciones**, los gráficos, los cuadros y las tablas, pues con frecuencia, explican conceptos centrales.

Los quehaceres domésticos valen el esfuerzo

Es probable que haya muchas cosas en la escuela que su hijo deberá hacer, aunque no quiera hacerlas. La vida es así.

Asignarle quehaceres en casa lo ayudará a aprender la autodisciplina que necesitará. Realizar un quehacer también refuerza la conexión entre el esfuerzo y los resultados. Si lava la ropa, ver una pila de camisetas limpias es un logro del cual puede sentirse orgulloso.



Pregunte, '¿Cómo aprendes?'

Los niños aprenden más y se mantienen más motivados con el trabajo escolar cuando piensan en *cómo* aprenden. Cuando hable de los trabajos con su hijo, hágale preguntas como:

- **¿Qué necesitas** saber para hacer este trabajo?
- **¿Qué es lo que ya sabes** sobre él?
- **¿Qué preguntas podrías hacer** para aprender más?
- **¿Qué aspectos** de este trabajo piensas que haces muy bien? ¿Cuáles son difíciles?
- **¿Se vuelve más fácil** a medida que trabajas en él?

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 © 2021, 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