

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Marzo 2021

La Mesa-Spring Valley School District
Extended School Services Program

Enseñe estrategias que ayudarán a su hijo a tomar apuntes más útiles

Aprender a tomar apuntes eficaces le da a su hijo una ventaja en sus clases. Aunque sus maestros brinden fotocopias sobre el material que se enseña, tener sus propios apuntes puede ayudar a su hijo a recordar las explicaciones del maestro y los puntos en los que hace hincapié. Y a la hora del examen, revisar apuntes de clase detallados es una estupenda manera de estudiar.



Para aumentar la eficacia de los apuntes de su hijo, enséñele a:

- **Determinar qué es importante.** En lugar de escribir cada palabra que dice el maestro, debería escuchar nombres, fechas, tiempos de los sucesos y otros hechos clave. Si el maestro anota algo, su hijo también debería anotarlo.
- **Escribir con bolígrafo o lápiz.** Los estudios revelan que esto ayuda a los estudiantes a recordar la información mejor que si toman apuntes usando un teclado.
- **Releer y aclarar** sus apuntes todos los días después de la escuela, mientras el material sigue fresco en su mente. Esto refuerza su memoria. Debería verificar que sus apuntes estén ordenados, legibles y suficientemente completos como para que los comprenda cuando tenga que estudiarlos más adelante.
- **Trabajar con un compañero.** Comparar sus apuntes con los de un compañero de clase lo ayudará a completar los detalles que haya pasado por alto.
- **Mantenerse organizado.** Recuérdale que les ponga fecha a sus apuntes y los guarde en la carpeta (o sección de la carpeta) correspondiente para esa clase, de modo que los encuentre con facilidad luego.



Convierta la lectura en una actividad diaria

Hay muchas actividades que compiten por la atención de su hijo. Si no tiene un trabajo de lectura asignado, es posible que leer descienda en su lista de prioridades.

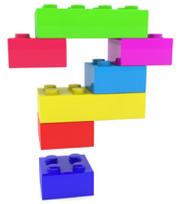
Sin embargo, leer todos los días es una de las mejores cosas que su hijo puede hacer para garantizar el éxito académico. Para motivarlo:

- **Lea al mismo tiempo.** Será menos probable que su hijo se distraiga si usted hace una actividad similar a la par. Escoja un momento del día en el que ambos puedan sentarse a leer durante al menos 20 minutos.
- **Incluya audiolibros.** Escuchar estas grabaciones es una manera comprobada de desarrollar habilidades de lectura como la fluidez. Una grabación hecha por una celebridad podría captar el interés de su hijo y, además, él puede escucharlo mientras se ejercita o realiza un quehacer.
- **Planifique actividades** familiares que requieran lectura. Por ejemplo, construyan algo juntos que requiera leer instrucciones.
- **Lean en voz alta.** Una vez que llegue a la parte interesante, su hijo podría estar dispuesto a continuar leyendo por su cuenta.

Asoocie ideas nuevas con viejas

Relacionar el material nuevo con conocimientos previos ayuda a los estudiantes a retener conceptos nuevos. Dígame a su hijo que se pregunte a sí mismo:

- **¿Dónde** he visto parte de esto antes?
- **¿A qué** me recuerda esto?
- **¿Cómo** se relaciona esto con lo que estoy aprendiendo en mis otras clases?



Evite los choques por las matemáticas

A medida que las matemáticas se vuelven más abstractas, los niños que no han comprendido bien los conceptos básicos en el camino podrían tener dificultades para mantenerse al día. Tal vez estén ansiosos y defensivos. Para evitar una lucha:

- **Reconozca** los sentimientos de su hijo. Ayúdelo a determinar lo que *sí* comprende e identificar las partes que le resultan confusas.
- **Ínstelo** a pedirle ayuda con las partes confusas al maestro u otro estudiante.
- **Pregúntele** al maestro sobre el progreso de su hijo. ¿Son sus dificultades comunes? ¿Qué podría ayudarlo?



La comunicación abierta mantiene seguro a su hijo

Proteger a los estudiantes —del coronavirus y más— es muy importante. Hable sobre cuestiones de seguridad con su hijo. Dígame cuáles son las razones de las reglas. Hablen sobre:

- **Los procedimientos** escolares de salud y seguridad, tanto en la escuela como en línea.
- **Los medios sociales** y la seguridad en línea.
- **Estrategias para resolver** problemas y apaciguar situaciones tensas.
- **Inquietudes sobre estudiantes** que podrían ser peligrosos para sí mismos u otros.
- **La importancia de informarle** a usted, a un maestro o a otro adulto de confianza si ve algo que no parece bien.



¿Es necesario dejar que mi hijo tome la decisión equivocada?

P: Sé que debería dejar que mi hijo tome decisiones por sí mismo. Pero ¿cómo puedo ayudarlo a aprender a tomar buenas decisiones sin dejar que tome malas decisiones?

R: Tomar malas decisiones, y aprender de ellas, es una manera clave en que los niños aprenden a tomar mejores decisiones. Si su hijo toma una mala decisión, usted no está “dejando” que fracase. Usted está permitiendo que determine cómo son las buenas decisiones. Por supuesto, él todavía necesita que usted tome decisiones por él cuando se trata de asuntos importantes como salud, seguridad y asistencia escolar. Pero puede aprender al tomar decisiones sobre cosas como:



- **Su rutina de estudio.** Hacer los trabajos escolares no es negociable. Pero usted puede ser flexible respecto a cuándo y dónde los hace su hijo. Las calificaciones les darán a ambos una idea de si sus decisiones están funcionando.
- **La hora de acostarse.** Si su hijo se quiere quedar despierto hasta más tarde, pregúntele cuál cree que es un horario adecuado para irse a dormir. Si le permite dormir por lo menos nueve horas por noche y estar listo para la escuela a la mañana, deje que lo pruebe. Si está demasiado cansado para funcionar durante el día, dígame que revea su decisión.
- **Su habitación.** Su hijo podría decidir que no le importa que su dormitorio esté desordenado. Mientras lo mantenga limpio, no se oponga. Si no puede encontrar su calculadora o las hojas de ejercicios que necesita, aprenderá de las consecuencias.

Cómo estudiar para exámenes de capítulos o unidades

Ayude a su hijo a estudiar de manera organizada para los exámenes importantes que abarcan todo el capítulo de un libro o la unidad de una materia. Dígame que:

- **Revise el capítulo** o la unidad sección por sección y escriba en fichas las preguntas que cree que el maestro podría hacer.
- **Escriba las respuestas** a las preguntas en el reverso de las tarjetas.
- **Haga más tarjetas** para los términos o las palabras de vocabulario nuevos y escriba su definición en el reverso.
- **Estudie las tarjetas.** Ofrézcale evaluarlo cuando esté listo.

Enseñe a administrar el tiempo

La mayoría de los escolares de intermedia carecen de un buen sentido del tiempo. Cuando se toman un descanso del estudio, podrían ver videos en línea por una hora y pensar que solo han pasado cinco minutos. Luego se sorprenden cuando no tienen suficiente tiempo para completar los trabajos.



Cuando su hijo se tome un descanso del estudio, establezca un límite de tiempo, como 10 minutos. Dígame que use un temporizador. Así, no tendrá que darle la lata cuando se acabe el tiempo, ¡pues el temporizador lo hará por usted!

Cuestionario Para Padres

¿Está facilitando la concentración?

Enfocarse y obviar las distracciones es todo un desafío para los escolares de intermedia. Y las condiciones de aprendizaje causadas por la pandemia pueden hacer que sea aún más difícil. ¿Está ayudando a su hijo a fortalecer su capacidad de concentración? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Desanima** la costumbre de hacer muchas cosas al mismo tiempo? Si su hijo está haciendo otra cosa, no le está prestando suficiente atención al trabajo escolar.
2. **¿Le sugiere** a su hijo que establezca metas para sus clases y sesiones de estudio? ¿Qué quiere aprender?
3. **¿Evita** interrumpir a su hijo cuando está haciendo trabajo escolar?
4. **¿Anima** a su hijo a hacer una actividad que fomente la concentración que disfrute, como leer o practicar una habilidad deportiva?
5. **¿Le dice** a su hijo que anote los pensamientos que lo distraen y los guarde para más adelante?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus preguntas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo concentrarse en el aprendizaje. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“No nacemos siendo personas concentradas. Es una habilidad que se aprende y que requiere un esfuerzo inicial y una actualización constante”.

—Robert Gerni

Hable de sus dificultades a la edad de su hijo

¿Recuerda tener 13 años y atravesar momentos difíciles? Tal vez se haya sentido solo, torpe, nervioso o incomprendido.

Hable de esas experiencias con su escolar de intermedia. Tal vez esos sentimientos hayan sido dolorosos, pero pensar y hablar sobre ellos puede ayudarlo a encontrar puntos en común con su hijo. Probablemente usted sea más comprensivo cuando su hijo esté molesto, y él podría ser más abierto si cree que usted puede relacionarse con lo que está diciendo.

Ayudando a los Estudiantes 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 1527-1064