

Los Padres

Katy Independent School District

¡hacen la diferencia!



Prepárese para aprovechar las conferencias de padres y maestros

Los maestros, a menudo, programan reuniones con los padres en el otoño, y si la suya está cerca, puede sentirse un poco aprehensivo. Para aprovechar al máximo este evento importante e individual con el maestro, necesita prepararse. Planifique:

- **Ponerse de acuerdo con su hijo.** ¿Qué le gusta de la escuela? ¿Está pasando apuros en alguna área? Pregúntele si hay algo que le gustaría que hablara con su maestro.
- **Tomar notas.** Escriba las cosas más importantes que le gustaría tratar con el maestro. Ya que las reuniones son generalmente breves, planea mencionarlas primero. Asegúrese de mencionar cualquier cambio importante que haya notado en la vida de su hijo.
- **Ser positivo.** Comience la reunión con un cumplido, como “¡A Jaime le encantan los juegos de palabras que hace en clase!”

Luego concéntrese en compartir información, trabajando como equipo y encontrando soluciones.

- **Hacer un cierre de la reunión.** Haga un plan y decida cómo mantenerse en contacto. “Entonces usted le explicará personalmente la división a Jaime y enviará instrucciones detalladas a casa. Luego yo supervisaré la hora de la tarea. Nos contactaremos por email y veremos cómo van las cosas.”
- **Hablar con su hijo otra vez.** Hágale saber, en términos optimistas, cómo se desarrolló la reunión. “Tus calificaciones de lectura son excelentes. ¡Y has aprendido todos los datos de la multiplicación! Para ayudarte con la división, el Sr. Turner y yo vamos a repasar juntos contigo. Eso hará que las cosas sean más fáciles.”

Fuente: “Making Parent-Teacher Conferences Work for Your Child,” PTA, www.pta.org/2532.htm.

La perseverancia lo ayudará a su hijo a triunfar



“Estos problemas de matemáticas son muy difíciles,” le dice su hijo cuando está haciendo su tarea. La

respuesta de usted siempre debe ser la misma: “Todo es difícil hasta que se haga fácil.” Pídale a su hijo que piense sobre cuando aprendió a andar en bicicleta (si es que lo ha hecho). Eso fue difícil. Pero luego lo entendió y ahora le resulta algo fácil.

La escuela está llena de cosas difíciles, desde leer libros que son desafiantes, hasta aprender a resolver problemas de matemáticas que son complicados. Aquí tiene cosas que decir y hacer cuando su hijo diga que algo es muy difícil:

- **Hágale saber a su hijo** que usted cree que lo puede hacer.
- **Recuérdale de las otras cosas** “difíciles” que ahora son fáciles de hacer para él.
- **Divida las tareas difíciles** en partes más pequeñas. Si leer todo el libro le parece difícil, trate de comenzar con uno o dos capítulos.
- **Ayude a su hijo a entender** la relación que existe entre el esfuerzo y el éxito.

Fuente: Chip Heath y Dan Heath, *Switch: How to Change Things When Change is Hard*, ISBN: 9780-3855-2875-7, Broadway Business.

Cuatro cosas para hacer cuando su hijo está atorado al escribir



La fecha de entrega del reporte del libro es mañana. Hasta ahora, su hijo solo ha escrito el título del libro. A todos

los escritores se les dificulta a veces pensar qué escribir. Aquí tiene algunos métodos que usted puede usar para ayudar a su hijo a “desatorarse”:

1. **Ponga un cronómetro.** Haga que su hijo escriba todas las palabras que se le ocurran que se relacionen con el libro. Las palabras pueden ser nombres de personajes, nombres de lugares u otras palabras que describan la acción del libro. La idea es simplemente anotar algo en el papel.
2. **Hágale preguntas.** ¿Qué fue lo más sorprendente del libro? Haga que su hijo se lo relate tan específicamente como pueda. Una vez que haya hablado, seguramente podrá escribir sus pensamientos.
3. **Pregúntele sobre una parte de la narración.** Puede ser abrumador escribir cosas relacionadas con un

libro entero. Entonces haga que escriba sobre el personaje principal. ¿Cómo se veía? ¿Qué llevaba puesto? Mientras más específico pueda ser su hijo, mejor.

4. **Enséñele técnicas** para que sus ideas fluyan una vez que haya escrito algo. “Me di cuenta de que ...” “Esto me recuerda a ...” o “Esto es importante porque ...”

Fuente: Lucy Calkins, *A Quick Guide To Teaching Second-Grade Writers*, ISBN: 9780-3250-2677-0, FirstHand, a Division of Heinemann.

“Más de 30 años de investigación muestran que las escuelas, las familias, y las comunidades pueden hacer una diferencia en la experiencia de aprendizaje de un alumno—especialmente cuando trabajan juntos para aumentar los logros de los alumnos.”

—Pennsylvania State
Comité consejero de padres

Evite que su hijo tenga demasiadas actividades extracurriculares



Algunas familias parecen pasar la mayor parte de su tiempo “juntos” en la camioneta. Ayer fueron al ballet. Hoy les toca fútbol. Mañana les toca karate. Cada una de estas actividades, por sí misma, puede ser maravillosa. Pero, ¿cuándo se puede decir que lo que abunda a veces daña?

Vea el horario de su familia. Si decide que está demasiado apretado, no tenga miedo de poner las cosas en orden. Aquí tiene algunos consejos:

- **Establezca las reglas del juego.** Muchas familias ponen un límite en un deporte o actividad por cada niño. Dígale a su hijo que la familia es la prioridad más

importante. La escuela viene en segundo lugar. Las actividades vienen en tercer lugar.

- **Concéntrase en las reglas básicas.** Si su hijo no puede hacer su tarea de matemáticas hasta las 9:00 de la noche, usted necesita ajustar su horario. Los deportes nunca deben interferir con el trabajo escolar.
- **Manténgase al margen.** Usted conoce mejor a su hijo. Si muestra señales de estrés, o parece que no esté disfrutando de una actividad, entonces, haga un ajuste.

Fuente: “How to Help Your Child Juggle Sports, School, and Life,” *Sports Illustrated for Kids and Family Education*, <http://life.familyeducation.com/extracurricular-activities/responsibilities/36250.html?detoured=1>.

¿Está haciendo que el buen estado físico sea una prioridad?



Los niños de hoy en día permanecen sentados mucho y se mueven muy poco. Como resultado, la obesidad infantil es

un problema de salud creciente. Hay maneras en que los padres pueden animar a los niños a ser más activos—y que se diviertan al mismo tiempo. ¿Está haciendo todo lo posible?

Conteste *sí* o *no* a cada pregunta:

- ___ 1. **¿Trata de hacer** que el ejercicio sea parte de las actividades cotidianas? Si pueden hacerlo, ¿caminan o van en bicicleta a diferentes lugares?
- ___ 2. **¿Aparta tiempo para** el buen estado físico? ¿Dedica un poco de tiempo cuando pueden para mantenerse activos como familia?
- ___ 3. **¿Es usted un buen modelo de conducta?** ¿Sus hijos lo ven ser activo? ¿Realizan algunas actividades juntos?
- ___ 4. **¿Apaga la televisión** y la computadora algunas horas del día?
- ___ 5. **¿Ha planeado actividades** que pueden hacer a pesar del clima?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está ayudando a su hijo a ser más activo—y más saludable. Para cada respuesta *no*, intente la idea correspondiente 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 por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2010 NIS, Inc.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Susan O'Brien y Kristen Amundson.

Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Apoye a su lector principiante con las siguientes estrategias probadas



Usted ha leído el mismo libro cada noche durante una semana. Esta noche, su hijo le pide que lea el mismo libro otra vez.

¿Puede introducir a su hijo al mundo de la lectura—sin perder la razón?

Relájese. Querer leer el mismo libro una y otra vez es una parte muy normal de aprender a leer. Leer libros con patrones predecibles (una frase repetida una y otra vez) es también una manera de aprender de los niños.

Pero éstas no son las únicas maneras de ayudar a los lectores principiantes. Aquí tiene algunos otros consejos para los padres:

- **Juegue con una sola palabra.**

Haga que su hijo escuche los sonidos iniciales. “Pedro,

¿qué sonido oyes al comienzo de *serpiente*?” Luego alargue el sonido “Sssssssserpiente.”

- **Deténgase cuando esté leyendo** y haga preguntas. Hable de lo que piensa que va a suceder a continuación. “¿Qué piensas que encontrará cuando abra la puerta?”
- **Haga que su hijo vuelva a contar** una historia con sus propias palabras después que usted termine de leer un libro.
- **Sea entusiasta** mientras su niño aprende a leer. Aprender a leer es como aprender a caminar. Paso por paso, llegará ahí.

Fuente: “Supporting Your Beginning Reader,” International Reading Association, www.reading.org/Libraries/Parents/pb1071_support.sflb.ashx.

Dele a su escolar de primaria las herramientas para aprender



Un carpintero nunca se presentaría a un lugar de trabajo sin una caja de herramientas. Él sabe que no puede hacer su trabajo sin las herramientas apropiadas.

Esta es una buena forma de pensar en cómo su hijo puede dar su mejor esfuerzo en la escuela. Necesita ir con las herramientas apropiadas para hacer el trabajo. Aquí hay algunas:

- **Haber dormido suficiente.** Los doctores dicen que los niños entre los siete y 12 años necesitan dormir de 10 a 12 horas diariamente. Sin un descanso apropiado, no podrá concentrarse en las tablas de multiplicación o en su lección de historia. Así es que haga un poco de cálculos matemáticos usted mismo. ¿Cuándo necesita salir para la escuela en la mañana su hijo? ¿Cuándo necesita levantarse para estar listo a esa hora? De 10 a 12 horas antes de esa hora es cuando necesita irse a acostar.

- **Tomar un desayuno saludable.** Los carros no pueden andar sin combustible, y los cerebros no son diferentes. Muchos estudios muestran que a los niños que desayunan les va mejor en la clase, y sacan mejores calificaciones en las pruebas. Pueden concentrarse mejor. Y tienen menos problemas de conducta. No se preocupe si a su hijo no le gusta “la comida del desayuno.” La mantequilla de cacahuete embarrada en una tortilla o una rebanada de pizza le proporcionará un buen comienzo.
- **Tener expectativas altas.** Cuando usted cree que su hijo puede hacer todo lo posible, él también lo creará. Entonces mándelo a la escuela con una sonrisa, y de esta manera tendrá la confianza que necesita para enfrentar otro día.

Fuentes: WebMD, “How Much Sleep Do Children Need?” www.webmd.com/parenting/guide/sleep-children; Nutrition Explorations, “Breakfast at School: Fast and Healthy Food For Thought”, www.nutritionexplorations.org/educators/school-nutrition-breakfast.asp.

P: Apenas es octubre y mi hijo de tercer grado ya ha perdido el autobús 10 veces. Eso significa que tengo que dejar todo y llevarlo a la escuela. En los días que logra tomar el autobús, casi nunca tiene todo lo que necesita. Así es que le llevo a la escuela su reporte de libro, su tarea de ciencia y su libro de la biblioteca con el plazo de devolución vencido. ¿Cómo puedo lograr que sea más responsable?

Preguntas y respuestas

R: Los niños aprenden a tocar el piano tocando el piano. Así mismo, aprenden a ser responsables siendo responsables.

En este momento, su hijo no tiene ninguna responsabilidad. Sabe que Súper Mamá va a salvarlo cada vez que olvide algo.

La verdad es que nunca será más fácil para su hijo cometer algunos errores—y aprender de ellos—de lo que es ahora en la escuela primaria. Pero antes que nada, él tiene que saber que usted está a punto de dejar de ser su propio Equipo de Rescate personal.

Aquí tiene lo que debe hacer:

- **Hable con su maestro** y cuénteles lo que piensa hacer—dejar de rescatar a su hijo. (Probablemente se alegrará.) Pónganse de acuerdo que él podría no llevar un libro o un reporte alrededor de la semana que viene. Dígame que quiere que experimente las consecuencias.
- **Luego ayúdelo a aprender** a llegar a la escuela con todo lo que necesita. Haga una lista de verificación. Haga que llene su mochila la noche anterior y que la coloque cerca de la puerta. Programe su reloj para que suene la alarma con suficiente tiempo para salir a tiempo. Una vez que aprenda que usted no se responsabilizará de lo que él haga, entonces comenzará a ser responsable por sí mismo.

—Kristen Amundson
The Parent Institute

Enfoque: La Responsabilidad

Organícese con su hijo para lograr el éxito escolar



Un nuevo año escolar significa empezar de nuevo para su hijo—¡y para su mochila! Ésta tal vez no contenga tareas

arrugadas ni boletas de permiso perdidas ahora, pero eso no continuará siendo de esa manera sin ponerle un poco de atención. Para mantener el trabajo escolar y los documentos organizados:

- **Utilice un sistema.** Por ejemplo, designe una carpeta para la tarea y los documentos que deben llevar a casa. Colóquele los nombres de las asignaturas a las carpetas. Cada día después de la escuela, revisen la carpeta de tareas y la de documentos para llevar a casa. ¿Qué tareas tiene hoy? ¿Qué notas debe leer, firmar o devolver?
- **Archive los documentos en casa.** Algunos documentos deben guardarse, como las guías de estudio y los volantes de los eventos. El secreto es hacerlo en el momento. Tenga una carpeta en su casa para guardar papeles de la escuela. Revísela y vacíela cada semana. Pegue los documentos que usa diariamente en el refrigerador.
- **Lleve un calendario.** Anote las pruebas, los viajes de estudios y las horas de las funciones. Coloque un calendario en o cerca de su carpeta de la escuela. Cada día, añada fechas nuevas y revise los eventos próximos. Anime a su hijo a revisar el calendario juntos.
- **Consulte en Internet.** Algunos mensajes escolares importantes llegan vía email. Consulte también el sitio Web de la escuela. Ahí puede encontrar documentos que no llegaron a casa—¡e incluso formularios faltantes, listos para imprimir y entregar a tiempo!

Los niños de primaria deben ser reponsables de sus pertenencias

Una cosa es que su hijo pierda sus pertenencias, como un almuerzo un trabajo escolar, pero es otra cosa cuando es algo prestado, como un libro de biblioteca. Para llevar control de todos los tipos de cosas:

- **Hable sobre la responsabilidad.** Haga que sus expectativas sean claras. “Espero que te ocupes de las cosas, tuyas o de algún otro.” Dé ejemplos, como los libros de texto, libros de la biblioteca, plumas y lápices.
- **Ponga las cosas en el mismo lugar todos los días.** Los anteojos van en la mesita de noche. Los libros de la biblioteca van en un anaquel. Los libros de texto van en un escritorio o en una mochila. Esto fomenta la organización y evita la pérdida y el daño.
- **Pregunte antes de pedir prestado.** Muchos niños llegan



a su casa después de salir de la escuela diciendo cosas como, “¡Le pedí prestado el libro a mi amigo y ahora no lo puedo encontrar!” Asegúrese que sus hijos pidan permiso entre sí—y a las personas que los cuidan—antes de pedir prestado o prestar cosas.

Enseñe a su hijo a considerar las consecuencias de sus decisiones



Los niños pueden entender el consejo “Mira antes de saltar,” pero ésto es difícil de cumplir. Pensar en las consecuencias requiere paciencia y práctica. Con su hijo:

- **Revisen las decisiones anteriores.** ¿Cuándo ha tomado buenas decisiones? ¿Escogió entre dos deportes y quedó contento? ¿Dijo la verdad sobre algo que hizo mal?
- **Sea un modelo.** Piensen en dilemas. Pesen los pros y los contras. Decidan con cuidado lo mejor. Hablen de personas que tuvieron el valor de hacer lo correcto.
- **Hable sobre nuevas decisiones.** Tenga en cuenta situaciones

difíciles que su hijo podría enfrentar. ¿Cuáles son sus opciones y posibles consecuencias? ¿Cómo se siente por ellas?

- **Aplique consecuencias naturales.** Si su hijo no quiere ponerse una chaqueta en un día ventoso, podría sentirse incómodo, pero la próxima vez probablemente tomará una mejor decisión.
- **Elogie las buenas decisiones.** Los compañeros pueden animar a su hijo a hacer algo mal—o molestarlo por hacer algo bien. Evite las influencias creando un ambiente positivo y de apoyo que recompense las buenas decisiones.

Fuente: Linda y Richard Eyre, *Teaching Your Children Responsibility*, ISBN-13:978-0671887162, Fireside.