

# Escuela Primaria

# Los Padres

## ¡hacen la diferencia!

West Valley School District #208



## Exploren juntos las herramientas matemáticas y científicas del hogar

La clase de su hijo está llena de herramientas de matemáticas y ciencias, como reglas, mapas, calculadoras y lupas. Usar estas herramientas en casa ayuda a su hijo a familiarizarse con ellas, y esto lo beneficiará en la escuela.

Con su hijo:

- **Lleven las herramientas** al aire libre. Permita que su hijo arme un “kit de ciencias” para su próximo paseo. Observen juntos las piñas y las bellotas con una lupa. Use una cinta métrica para hallar la circunferencia (distancia alrededor) de los troncos de los árboles. Use un termómetro de exterior para comparar la temperatura al sol y a la sombra.
- **Combinen herramientas** con la hora de juego. Dele a su hijo una regla para medir las torres de bloques y una calculadora para jugar a la tienda o el restaurante. Ayude a su hijo a usar un cronómetro para tomar el tiempo de competencias amistosas: ¿Qué tan rápido puede correr cada uno por del patio? ¿Cuántas veces puede saltar la cuerda cada uno o rebotar una pelota en un minuto?
- **Pídale ayuda a su hijo** con tareas cotidianas que requieran herramientas de matemáticas y ciencias. Cuando cuelgue cuadros, muéstrele a su hijo cómo usar un detector de vigas y un nivel. En el próximo viaje por carretera, enséñele a su hijo a usar un mapa real o señale que el velocímetro muestra la velocidad a la que están viajando. En el supermercado, pídale a su hijo que se encargue de pesar los productos.

**Fuente:** M.E. Ennes y otros, “Children and Parents’ Perceptions of Access to Science Tools at Home and Their Role in Science Self-efficacy,” *Research in Science Education*, Springer.

## Refuerce el concepto de tiempo en cuatro pasos



Saber administrar el tiempo es esencial para lograr el éxito en la escuela. Sin embargo, antes de que los jóvenes estudiantes puedan aprenderlo, deben comprender conceptos temporales más fundamentales: ¿Cuánto es un *segundo*, un *minuto*, una *hora* y un *día*? ¿Cuánto es una *semana*, un *mes* y un *año*? ¿Cómo se relacionan el *pasado*, el *presente* y el *futuro*?

Comprender el tiempo y cómo se mide ayuda a los niños a ser más responsables. Podrán “estar listos en 10 minutos” o estimar cuánto tiempo le llevará completar un trabajo.

Si bien los estudiantes aprenden a administrar bien su tiempo recién en los últimos años de la escuela primaria, este proceso de cuatro pasos puede mejorar la concepción del tiempo de su hijo.

Pídale a su escolar de primaria que:

1. **Escoja una tarea**, como saltar 50 veces, hacer un dibujo o resolver dos problemas de matemáticas.
2. **Estime cuántos minutos** le llevará completar la tarea.
3. **Use un cronómetro** para contar el tiempo que le lleva terminar la tarea.
4. **Se fije cuán cerca** estuvo su estimación del tiempo real que le tomó completar la tarea.

## Aproveche al máximo las reuniones de padres en la escuela



Algunos padres dicen que las reuniones de padres son una de las cosas más valiosas de las que participan durante el año. Las reuniones uno a uno, ya sean en persona o por videollamada, son una muy buena manera de saber más sobre las fortalezas y las debilidades de su hijo, y de darle a usted y al maestro una mejor idea de qué les espera en el año que tienen por delante.

Para aprovechar la reunión al máximo:

- **Hable con su hijo** antes de la reunión. ¿Hay preguntas que querría que usted le haga al maestro?
- **Haga una lista** de cosas que quiere decirle al maestro. Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Compartir información sobre su hijo y su familia hará que le sea más fácil al maestro satisfacer las necesidades de su hijo.
- **Escriba sus preguntas.** Haga preguntas como las siguientes:

- » *¿Está mi hijo en un grupo diferente para cada materia?*
- » *Las habilidades de lectura y de matemáticas de mi hijo, ¿alcanzaron el objetivo?*
- » *¿Participa mi hijo de los debates de clase?*
- » *¿Está mi hijo cumpliendo con sus expectativas?*

- **Sea puntual.** Los maestros suelen programar las reuniones una detrás de otra. La puntualidad le permitirá aprovechar el tiempo disponible.
- **Cree un plan de acción.** Pregunte cómo puede reforzar el aprendizaje de su hijo. Intente conseguir al menos una o dos sugerencias específicas.

**“Solos podemos hacer poco; juntos podemos hacer mucho”.**

—Helen Keller

## La vista de su hijo ocupa un lugar fundamental en el éxito académico



Los estudiantes que tienen problemas de vista suelen tener más dificultades que sus compañeros. Cuando los niños no pueden ver lo que está en la pantalla, o en la hoja de ejercicios, es probable que se atrasen.

Lamentablemente, los niños no siempre saben que no ven bien. Simplemente se refriegan los ojos, entrecierran los ojos y hacen un esfuerzo para ver bien. Por lo tanto, es importante que lleve a su hijo al oftalmólogo todos los años.

Para proteger la vista de su hijo:

- **Escoja luces fuertes.** Asegúrese de que las lámparas de lectura den luz suficiente; si son muy tenues, su hijo deberá esforzarse por ver la página.
- **Establezca momentos de descanso.** Si su hijo pasa largos períodos frente a una pantalla, sugiérale que se tome

descansos frecuentes de 10 minutos. Los expertos creen que estar demasiado tiempo frente a la pantalla genera visión borrosa y problemas para enfocar la vista.

- **Fomente el uso de lentes de sol.** La luz solar puede dañar los ojos de los niños. Recuérdele a su hijo que use lentes de sol cuando esté al aire libre.
- **Garantice su seguridad.** ¿Hace deporte su hijo? Asegúrese de que use el equipo de protección adecuada para los ojos, como gafas de seguridad o antiparras.
- **Dele comida saludable.** Está comprobado que hay alimentos nutritivos, como los vegetales de hoja verde y la leche fortificada, que fortalecen la mente, el cuerpo y los ojos.

**Fuente:** S.L.J. White y otros, “Vision screening outcomes of Grade 3 children in Australia: Differences in academic achievement,” *International Journal of Educational Research*.

## ¿Está ayudando a su hijo a trabajar en ese proyecto extenso?



Este es un hecho de la vida escolar: cuanto más grande es el niño, más grande es el proyecto. ¿Sabe cómo apoyar el esfuerzo de su hijo en un proyecto escolar extenso? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo: **\_\_\_1. ¿Guía** a su hijo a la hora de seleccionar un tema? Los niños suelen necesitar ayuda para acotar un tema amplio a temas específicos que puedan abarcar.

**\_\_\_2. ¿Ayuda** a su hijo a dividir el proyecto en pasos más pequeños? Su estudiante podría asignarle tiempo a cada paso en un calendario. A medida que vaya terminando cada paso, debería tacharlo.

**\_\_\_3. ¿Ayuda** a su hijo a hacer una lista de todos los materiales que necesita para evitar tener que ir a la tienda a último momento?

**\_\_\_4. ¿Ayuda** a su hijo a encontrar libros, sitios web y otros recursos confiables que puedan ser útiles?

**\_\_\_5. ¿Revisa** el trabajo de su hijo, pero evita hacerlo por él?

**¿Cómo le está yendo?**

Cada *sí* significa que usted está dando pasos positivos para ayudar a su hijo a obtener buenos resultados con los proyectos escolares extensos. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

Escuela Primaria  
**Los Padres**  
*¡hacen la diferencia!*

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.  
Copyright © 2023, The Parent Institute,  
una división de PaperClip Media, Inc.,  
una entidad independiente y privada.  
Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

# Trabajar con otros es una habilidad esencial para la escuela y la vida



Se pueden decir muchas cosas para animar a los niños a mostrar liderazgo. Pero seamos realistas: algunos niños son simplemente mandones. No quieren turnarse. No quieren compartir. No quieren escuchar lo que dicen los demás.

En la escuela y en la vida, se esperará que su hijo trabaje con otras personas. Por eso, tanto si se trata de un proyecto grupal en estudios sociales como de una reunión del consejo estudiantil, su hijo debe saber cooperar.

Para reforzar esta habilidad:

- **Deje que los miembros familiares** se turnen para tomar algunas decisiones, desde qué película ver hasta qué comer.
- **Establezca algunas reglas básicas** del hogar. Por ejemplo, si un niño elige el juego, el otro tendrá el primer turno.
- **Enseñe formas justas** de tomar decisiones. Pídale a sus hijos que jueguen a “piedra, papel o tijera” para ver quién puede usar la computadora primero. Lance una moneda para decidir quién se baña primero.
- **Hable sobre la importancia** de ser abierto y respetuoso con las ideas, opiniones y perspectivas de otras personas.
- **Felicite a su hijo** cuando piense en los demás. “Fue amable de tu parte dejar que tu hermano eligiera la galleta que quería primero”.

# El juego independiente mejora la salud mental de su hijo



¿A su hijo le encanta construir cosas con bloques? ¿Balancearse en las barras trepadoras? Jugar es mucho más que divertirse;

de hecho, nuevos estudios demuestran que el juego independiente puede mejorar la salud mental de los niños.

El juego libre no solo les da alegría a los niños, sino que también los ayuda a resolver problemas e incluso a superar miedos. Además, jugar es una forma eficaz de liberar el estrés; al fin y al cabo, es difícil sentirse estresado cuando se soplan burbujas o se finge ser un superhéroe.

Para fomentar el juego independiente, dele a su hijo:

- **Tiempo.** Dele mucho tiempo para el juego libre todos los días. Si bien las actividades estructuradas como los deportes y las clases de música proporcionan muchos beneficios, una agenda apretada puede interferir con el tiempo de juego.
- **Materiales.** Dele a su hijo una variedad de cosas con las que jugar, incluidos juguetes, materiales de arte y accesorios para el juego simbólico. No es necesario usar “juguetes” costosos: su hijo puede convertir cajas de cartón en castillos o locomotoras, y sus prendas viejas son ideales para jugar a disfrazarse. Los objetos de la naturaleza, como las bellotas, las piedras y las ramitas, también son estupendos juguetes.
- **Aliento.** Ayude a su hijo a asumir “riesgos” positivos, como escalar una pared de rocas baja del parque infantil, hacer equilibrio sobre un tronco caído, ensuciarse jugando en el barro, etc. Estas experiencias aumentan la confianza y fomentan una actitud resolutiva que puede conducir a un mayor bienestar mental.
- **Independencia.** Permítale a su hijo tomar las riendas a la hora de jugar. Escoger a qué jugar y cómo jugar maximiza los beneficios del juego independiente para la salud mental.

**Fuente:** “All work, no independent play’ cause of children’s declining mental health,” Florida Atlantic University.

**P:** Mi escolar de primaria estudia antes del examen, pero no siempre recuerda los datos. ¿Hay técnicas que puedan mejorar la memoria de mi hijo?

## Preguntas y respuestas

**R:** Hay muchos trucos de memorización que podrían ayudar a su hijo a recordar los datos que estudia. Estas son algunos de ellos:

- **Los acrónimos.** Su hijo puede formar una palabra con la primera letra de cada palabra de una serie para representar una lista, una frase o un nombre. Muchos niños usan el acrónimo HEMOS para recordar los cinco Grandes Lagos: Hurón, Erie, Michigan, Ontario, Superior.
- **Las oraciones.** Ayude a su hijo a usar la primera letra de cada palabra para formar una oración divertida, como “Mi viejo tío Martín juega solo usando naiques” para los planetas en orden de distancia del sol: Mercurio, Venus, Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano, Neptuno.
- **Las agrupaciones.** Pídale a su hijo que agrupe cosas en grupos pequeños que pueda manejar. En lugar de memorizar las capitales de todos los estados, podría dividirlos en regiones geográficas y memorizar cada región.
- **Las rimas.** Pídale a su hijo que piense rimas sobre los datos, como “1492 fue el año en el Colón llegó a un continente extraño”.
- **La visualización.** Su hijo puede dibujar o pensar en una imagen del material. Luego podrá recordar la imagen durante el examen.
- **La personalización.** Pídale a su hijo que relacione la información con su vida cotidiana. Una fecha histórica importante también podría ser el cumpleaños de un familiar.
- **El canto.** Su hijo puede reemplazar palabras en una canción con datos que deba recordar.

# Enfoque: habilidades de lectura

## Leer y escribir en casa impulsa el éxito académico



Cuando los niños practican lectura y escritura, obtienen beneficios académicos. También puede dar sus frutos más adelante en la vida.

Los estudios demuestran que los niños que desarrollan sus habilidades de lectoescritura en casa, incluso con actividades que son solo por diversión, tienen más éxito en la escuela que otros niños. Y se convierten en adultos con una sólida ética laboral que les resulta muy útil en el lugar de trabajo.

Por suerte, hay algunas maneras simples de animar a su hijo a dedicarle más tiempo a la lectura y la escritura. Estas son algunas ideas que podría probar:

- **Asegúrese de que los libros sean una prioridad.** No deje los cuentos para la hora de dormir: lean en cualquier momento del día. Guarde los libros en algún lugar que su hijo pueda alcanzar con facilidad. Consulte los títulos nuevos de la biblioteca. Y dé un buen ejemplo. Cuando tenga tiempo libre, tome un libro en lugar del control remoto.
- **Comiencen un diario familiar.** Todos los fines de semana, pídale a su hijo que escriba algo especial que pasó en la semana. No es necesario que sea largo; un par de oraciones serán suficientes. Luego de lo que escriba su hijo, escriba algo usted. Al final del año escolar, tendrán un registro escrito de recuerdos!
- **Jueguen a juegos de palabras.** Las rondas de Scrabble son divertidas, y perfeccionan sus habilidades de lectura y escritura.

**Fuente:** N.L. Alston-Abel y V.W. Berninger, "Relationships Between Home Literacy Practices and School Achievement: Implications for Consultation and Home-School Collaboration," *Journal of Educational and Psychological Consultation*, Taylor y Francis.

## Use seis estrategias para apoyar los avances de su hijo en lectura

Usted está orgulloso de su hijo porque está aprendiendo a leer. Pero recuerde que las habilidades de lectura deben desarrollarse y mantenerse. Cuanto más grande sea su hijo, más importantes serán las habilidades de lectura para el aprendizaje.

Para fomentar el avance en lectura:

1. **Haga conexiones.** Pídale a su hijo que lea sobre sucesos históricos que ocurrieron cerca de su casa. Si tiene mucho interés por un tema, busque libros relacionados.
2. **Cree emoción.** Haga que la lectura sea irresistible. Deje que su hijo se quede despierto 15 minutos más para leer en la cama. O pídale que construya un fuerte y lea con una linterna.
3. **Hagan representaciones.** Convierta sus libros favoritos en obras de teatro o películas familiares. Use accesorios y disfraces.
4. **Sugíerale a su hijo** que forme un club de lectura con amigos. Podrían reunirse de manera presencial o virtual y hacer actividades relacionadas con libros o comentarlos.
5. **Ponga un cronómetro.** Si su hijo se niega a leer, diga, "Léeme durante tres minutos. Cuando se termine el tiempo y suene el cronómetro, puedes parar de leer". Sume unos minutos luego de unos días.
6. **Lea en voz alta.** Intente leer libros más avanzados. Cuando los padres les leen a sus hijos, los niños disfrutaban de escuchar palabras e historias más difíciles.



## Volver a contar puede mejorar la comprensión lectora de su hijo



Le ha leído un cuento a su hijo. Una de las mejores maneras de comprobar la comprensión es pedirle que vuelva a contar el

cuento.

Volver a contar un cuento requiere que su hijo piense en los detalles y decida qué es lo más importante.

Dele estas tres reglas para volver a contar un cuento:

1. **Contar lo importante.**
2. **Contarlo de una manera** en la que tenga sentido.
3. **No contar demasiado.**

Su hijo debería poder contar lo

que sucedió al comienzo, en el desarrollo y al final del cuento. Si su hijo no recuerda algunos detalles, vuelvan hacia atrás y miren esa parte del cuento otra vez. Repasar algunas partes del cuento le mostrará que a veces es necesario leer las cosas más de una vez para comprenderlas por completo.

**Fuente:** B. Taylor y J. Ysseldyke, *Effective Instruction for Struggling Readers: K-6*, Teachers College Press.