

Los Padres

Hough Street School
Mrs. Lori Wilcox, Principal

¡hacen la diferencia!



Busque que haya más equilibrio en las actividades extracurriculares

Los padres quieren que sus hijos tengan toda clase de oportunidades en la vida. Pero cuando los niños están programados en exceso no pueden dar su mejor esfuerzo en nada. Aproveche al máximo las actividades extracurriculares programándolas cuidadosamente. Para lograr que exista un equilibrio saludable:

- **Concéntrese en su hijo.** Algunos padres se arrepienten de no haber podido realizar actividades que les gustaban en su niñez. Brindarle estas oportunidades a su hijo es útil solo si son apropiadas para él.
- **Note las reacciones de su hijo.** ¿Se queja de ciertas actividades? ¿Ha fallado en hacer algunos trabajos o se ha retrasado en su aprendizaje? Estas son señales de advertencia.
- **Ponga el tiempo en familia** en primer lugar. Las actividades extracurriculares no deben realizarse a costa de las relaciones familiares. Esfuércense por pasar suficiente

tiempo todos los días entre ustedes mismos, ¡y disfrútenlo!

- **Programa tiempo de inactividad.** Si su hijo no tiene ningún tiempo libre en su horario, considere la posibilidad de eliminar algunas actividades organizadas. Los niños necesitan tiempo para relajarse.
- **Desarrolle el carácter.** Desarrollar una habilidad es maravilloso. Y desarrollar el carácter es aún mejor. Escoja actividades y líderes que enseñen valores fundamentales.
- **Hable con su hijo.** ¿Cómo se siente acerca de su horario? ¿Está comprometido con sus responsabilidades? ¿Qué actividades le gustan más?
- **Espere lograr el éxito.** Mantenga expectativas altas y la crítica al mínimo. Su apoyo debe ser alentador para su hijo, no estresante.

Fuente: Dr. J. Taylor, "Are you enriching or overscheduling your child?" Today.com, <http://today.msnbc.msn.com/id/32544451/ns/today-parenting/t/are-you-enriching-or-overscheduling-your-child/>.

Un 'padre paracaidista' reduce la confianza



Todos nosotros queremos ayudar a nuestros hijos cuando lo necesitan. Pero algunos padres exageran demasiado cuando se trata de proporcionar ayuda. Se lanzan "en paracaídas" para salvar el día cada vez que su hijo tiene que enfrentar un obstáculo.

En lugar de permitir que dos amigos resuelvan un desacuerdo menor, los padres intervienen. De repente, un problema insignificante se convierte en una gran enemistad.

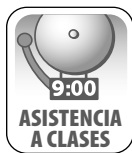
O quizás un niño olvidadizo no se olvida de llevar su almuerzo a la escuela. Entonces aparece una madre paracaidista para rescatarlo todos los días. ¿El resultado? El niño no aprende a ser responsable.

Estos "padres paracaidistas" realmente están enviándoles un mensaje negativo a sus hijos. "No puedes manejar esto. Tengo que hacerlo por ti." Esto reduce la confianza de un niño en su capacidad para resolver un problema.

Los padres *siempre* deben ayudar cuando su hijo realmente no puede resolver un problema. Por lo contrario, ¡retire el paracaídas y deje que su hijo resuelva el problema!

Fuente: R. Craig, "Family Key to Building Child's Self-Esteem," National PTA, www.pta.org/3497.htm.

La asistencia constante es clave para el éxito de su hijo en la escuela



En invierno, las mañanas son oscuras. El clima puede ser horrible. Y hay días en que parece imposible llegar a la escuela.

Pero es importante hacer que la asistencia diaria sea un hábito. Porque un día de clase perdido en la escuela primaria puede continuar perjudicando a un niño durante toda su carrera escolar.

Los investigadores de la Universidad de Minnesota le siguieron la pista a lo que les sucedía a los niños que faltaban a clase en los primeros grados. Los que acumularon muchas inasistencias en el jardín de infancia tuvieron dificultades en primer grado. Aún peor, esos mismos niños siguieron teniendo dificultades para mantenerse al nivel de sus compañeros de clase cuando llegaron a quinto grado—y más allá.

El aprendizaje de cada día se desarrolla en base a lo que los estudiantes aprendieron el día anterior. Cuando

un niño pierde una lección de clase, también pierde un bloque de desarrollo vital. Eso puede conducir a problemas durante los siguientes días y semanas. Con el tiempo, esas inasistencias resultan aún más costosas.

De modo que haga que todos se acostumbren al hábito de la asistencia. Y sepa que cuando manda a su hijo a la escuela, lo está ayudando para hoy, mañana y el resto de su carrera escolar.

Fuente: *Racial Disparities in Minnesota Basic Standards Test Scores*, Roy Wilkins Center for Human Relations and Social Justice, University of Minnesota.

“Los padres existen para enseñar al niño, pero también deben aprender que el niño tiene que enseñarles a ellos; y que el niño tiene mucho que enseñarles.”

—Arnold Bennet

Use frases simples cuando se trate de disciplinar a su hijo



Los niños estudian a sus padres todo el día, todos los días. No es raro que sepan cómo decir exactamente lo correcto para enloquecerlos.

enloquecerlos.

De modo que cuando su hijo esté encarando las consecuencias por portarse mal, es probable que diga algo que lo distraerá. “Tú no me quieres,” podría intentar. O, “Nunca le hiciste eso a Rosa. No estás siendo justo.” O “Papá nunca haría esto.” (Esta última es especialmente efectiva si Papá ya no vive en casa.)

En un momento como éste, debe mantenerse concentrado. Usted quiere hablar de su mal comportamiento, y no distraerse.

De modo que es bueno disponer de unas frases simples. La frase debe ser tan neutral como sea posible. Debe ser corta para que pueda volver al verdadero asunto.

Aquí tiene unas cuantas frases simples que podría intentar decir:

- **“Yo también detesto cuando sucede esto.”** Después tómese el tiempo necesario para hablar sobre la razón de la consecuencia.
- **“Buen intento.”** Esto funciona bien si su hijo está tratando de hacer que usted se sienta culpable.
- **“Necesito un poco de tiempo para pensar en esto.”** Si no sabe cómo manejar una situación, tómese un poco de tiempo.

Fuente: L. Pearson, *The Discipline Miracle*, AMACOM Books.

¿Ayuda a su hijo a desarrollar el gusto por las matemáticas?



Quizás no le gusten las matemáticas. Pero sabe que es importante que su hijo logre tener una base sólida en esta asignatura.

¿Puede ayudar a su hijo a que le gusten las matemáticas aún si a usted no le gustan? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Busca maneras de usar las matemáticas todos los días?** Podrían contar los pasos que hay que caminar para llegar a la parada del autobús y sumar los números en las placas.
2. **¿Cocina con su hijo para enseñar la precisión de las medidas?**
3. **¿Le asegura a su hijo que aprender matemáticas se trata más de apegarse a ellas que ser bueno?**
4. **¿Inventa problemas de matemáticas basados en cuentos?** Si cada uno de los Siete Enanos tomara un vaso de agua en cada comida ¿cuántos vasos serviría Blanca Nieves?
5. **¿Hace que aprender datos matemáticos sea un juego?** ¿Cuán rápido puede su hijo multiplicar 9×7 ?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está ayudando a que le gusten las matemáticas a su hijo. Para las respuestas *no*, pruebe las ideas correspondientes.

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 © 2011 NIS, Inc.

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

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Susan O'Brien y Kris Amundson.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Las tareas domésticas brindan cinco beneficios importantes



En el tiempo de los pioneros, los niños sabían que contribuían mucho al bienestar de la familia.

Los niños aportaban una verdadera e importante contribución. Pero a los niños de hoy no siempre se les asignan responsabilidades familiares. Eso es una lástima porque existen beneficios que se fomentan al realizar tareas domésticas.

Las tareas ayudan a los niños a:

1. Convertirse en “accionistas.”

Cuando su hijo realiza algunas de las tareas domésticas que ayudan a mantener el hogar en funcionamiento, él tiene una verdadera inversión en su casa. Es menos probable que un niño que barrió el pasillo de entrada de la casa camine por él con zapatos sucios.

2. Desarrollar habilidades. Cada vez que usted le asigna una tarea

doméstica nueva a su hijo, él no solo aprende cómo hacerla, sino que además estará aprendiendo habilidades para toda su vida.

3. Entender que el mundo no gira alrededor de ellos. Todos conocemos a personas que esperan que sean otros los que se encarguen de limpiar los revoltijos que hacen. Su hijo no va a desarrollarse para convertirse en una de esas personas.

4. Desarrollar orgullo. Mantener la ropa limpia o la cama con sábanas limpias es un logro digno. Cuando usted le asigna responsabilidades, él seguramente se sentirá orgulloso de lo que ha hecho.

5. Darse cuenta de que ellos son una parte importante de la familia. Su hijo sabrá que está ayudando a mantener el hogar funcionando.

Fuente: W. y M. Sears. *The Successful Child: What Parents Can Do to Help Kids Turn Out Well*, Little, Brown & Company.

Expertos recomiendan que los niños escriban en casa diariamente



Escribir bien requiere de práctica. Hay poco tiempo en la escuela para hacer eso. De modo que los expertos recomiendan que su hijo dedique 15 minutos al día a escribir en casa.

Aprender a escribir bien fomentará la confianza de su hijo. Él será capaz de expresar sus sentimientos e ideas. Escribir también es clave para el éxito de su hijo en la escuela. Le irá mejor en los exámenes, especialmente en las preguntas de ensayo.

Para brindarle a su hijo la oportunidad de practicar la escritura, pruebe estas ideas:

- **Proporcionar ayuda.** Deje que su hijo le ayude escribiendo. Cuando usted escriba una carta, haga una lista de alimentos o decida hacer el menú de la cena, díctele a su hijo. Haga que escriba sus palabras.

- **Llevar un diario.** Compre un diario para su hijo y anímelo a que escriba en él todos los días. Sugíerale que escriba sobre cosas que le suceden y cómo se siente respecto a ellas.
- **Elaborar una lista** de cosas por hacer. Él puede escribir listas de cosas que necesita recordar o cosas que quiere hacer.
- **Copiar.** Anime a su hijo a escribir las palabras de sus canciones favoritas. Su hijo también puede disfrutar escribiendo las citas o poemas favoritos.
- **Grabar.** Lleve a su hijo afuera. Pídale que lleve consigo un cuaderno y que describa en él lo que ve y experimenta. Panoramas, paisajes y vistas que ve desde la ventana del automóvil o sonidos que escucha mientras camina en la naturaleza son buenos comienzos.

P: Siempre me había preguntado por qué no parecía estar enterándome de los eventos escolares que otros padres ya sabían. Entonces abrí la mochila de mi hijo. ¡Qué feo! Encontré documentos arrugados, una camiseta sucia y un postre descompuesto. Su desorganización crónica está afectando su trabajo escolar—pierde cosas y no puede encontrar lo que necesita. ¿Cómo puedo ayudarlo a encarrilarse?

Preguntas y respuestas

R: Hay costos ocasionados por la desorganización, como los que ya está descubriendo su hijo. Afortunadamente, un niño no necesita haber nacido con un gen de organización especial. Son habilidades que se pueden aprender.

Hable con su hijo sobre *por qué* usted va a ayudarlo a organizarse. ¿No le gustaría saber en dónde está su tarea? ¿No le gustaría encontrar sus trabajos cuando los necesita?

Comience por darle a la bolsa de libros una limpieza cuidadosa. Él puede dedicarse a desarrugar los montones de papel. Después, entre los dos, pueden decidir lo que es importante y lo que se puede desechar. (Y también usted puede devolver los formularios que el maestro aún está esperando.)

Asegúrese de que disponga de una carpeta para cada asignatura. Cómprelos en diferentes colores para que él pueda recordar que el verde = ciencia y el azul = matemáticas. Todo lo que se trate de esa asignatura va en la carpeta.

Enséñele que lo primero que debe hacer todos los días cuando llega a casa es vaciar su mochila. Puede colocar en un montón los documentos y formularios para que usted los revise, y las cosas que necesita hacer como tarea en otro.

Tal vez nunca sea súper organizado, ¡pero seguramente podrá encontrar su tarea de matemáticas!

—Kris Amundson,
The Parent Institute

Enfoque: Valores positivos

Hable con su hijo sobre hacer trampa y por qué está mal



Los estudios muestran que muchos niños piensan que hacer trampa no sucede en la escuela primaria. Pero hacer

trampa a menudo comienza con los juegos competitivos de la escuela primaria. Un niño puede decir que no lo habían puesto “fuera,” en un juego de pelota, por ejemplo, cuando sí había ocurrido. Otros niños pueden pensar, “¡No es justo! ¡Ahora tengo que hacer trampa para ganar!” Desafortunadamente, esto conduce a hacer más trampas.

Usted puede ayudar a evitar la trampa. Es útil saber que:

- **Hacer trampa** es más tentador para los estudiantes de primaria que para los preescolares, y que la presión aumenta en la escuela intermedia. Asegúrese de hablar de esto antes de ese tiempo.
- **Los niños pequeños** se sienten confundidos sobre la trampa. Los estudios muestran que creen que está mal pero piensan que podría estar bien en algunas ocasiones.
- **La presión de los compañeros** influye en hacer trampa. Cuando alguien sugiere hacer trampa (tal como pedir que lo dejen copiar la tarea), puede ser difícil decir *no*. Practique las posibles respuestas con su hijo actuándolas.
- **Hacer trampa** es un asunto ético que afecta muchas partes de la vida. Algunas personas hacen trampa en los deportes o mienten para conseguir un empleo.
- **Una presión excesiva** aumenta el riesgo de hacer trampa. Dígale a su hijo que el esfuerzo y la honestidad son más importantes que sacar una cierta calificación.

Fuente: “Cheating is a PERSONAL FOUL,” Educational Testing Service, www.glass-castle.com/clients/www-nocheating-org/adccouncil/research/cheatingfactsheet.html.

Hay tres estrategias que pueden ayudarlo a fomentar el respeto

Usted quiere que su hijo se respete a sí mismo y a otros, y le ha dicho que así lo haga. Después de todo, sin respeto, es difícil llegar lejos en la vida. Afortunadamente, hay más que usted puede hacer para fomentar el respeto.

Tome estos pasos fáciles:

1. **Hable del respeto.** Haga preguntas como, “¿Qué es el respeto?” y “¿Por qué es importante?” Escuche abiertamente las opiniones de su hijo.
2. **Dé un buen ejemplo.** Trate a los demás con respeto y escoja relaciones en las que se le trate bien. También señale otros modelos de conducta—tanto verdaderos como ficticios, como figuras históricas y personajes de los libros.
3. **Critique a los medios** de comunicación. Enséñele a su hijo a pensar sobre el comportamiento



que ve en la televisión, en los videojuegos y en la publicidad. ¿Es respetuoso? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Refleja sus valores y sus creencias? ¿Qué puede él aprender de esto?

Fuente: “Safe & Respectful Relationships for All,” SAFEANDRESPECTFUL.ORG, www.safeandrespectful.org/parents/home.html.

Muéstrele a su hijo los efectos positivos de la perseverancia



Ser talentoso e inteligente es maravilloso, pero estudios muestran que es igual de importante ser perseverantes.

Avanzar—aun cuando sea difícil—es clave para tener éxito. Ya sea que su hijo sea perseverante por naturaleza o que se dé por vencido con facilidad, es útil:

- **Dividir los objetivos grandes** en partes pequeñas. Si su hijo está determinado a sacar una A en matemáticas, apóyelo hablando de los pasos a seguir. ¿Cómo logrará su meta? Ayúdelo a desarrollar un plan razonable.
- **Disfrutar del proceso.** Por supuesto, se siente genial ver una A en una boleta de calificaciones,

pero también se siente genial esforzarse y rendir bien en un examen o proyecto. Aún mejor, ¡se siente genial aprender! Hable con su hijo sobre sus logros y qué hace que valgan la pena.

- **Hablar de la perseverancia.** ¿Cómo ha ayudado la perseverancia a su hijo? Tal vez aprendió a montar una bici o a tocar un instrumento. ¿Qué nuevo desafío puede enfrentar ahora?
- **Elogiar el esfuerzo de su hijo,** no solo los resultados. Si no logra un objetivo, eso está bien, siempre que haya intentado lograrlo.

Fuente: C. Jett, “Developing Persistence in Children: A Guide for Parents,” SelfGrowth.com, www.selfgrowth.com/articles/developing-persistence-in-children-a-guide-for-parents.