Traducido del inglés al español - www.onlinedoctranslator.com

ELEMENTARY SCHOOL

Helping Children Learn®

Tips Families Can Use to Help Children Do Better in School

Noviembre de 2024

Escuelas del condado de Paulding

Aliviar la ansiedad de su hijo ante los exámenes puede mejorar su rendimiento

¿La perspectiva de rendir un examen le produce dolor de estómago a su hijo de primaria? Se estima que en un 40 por ciento de los estudiantes, las dudas sobre sí mismos y la ansiedad ante los exámenes pueden impedirles dar lo mejor de sí. Cuando los estudiantes creen que no obtendrán buenos resultados en un examen, a menudo no lo hacen.

Para ayudar a su hijo a afrontar los exámenes con confianza:

- **Ofrecer perspectiva.**Hablar sobre lo que hacen las pruebas y lo que no. Las pruebas muestran a los profesores lo que los estudiantes han aprendido hasta ahora y en qué necesitan ayuda. No juzgan el valor de su hijo como estudiante o como persona.
- **Ayude a su hijo a hacer un plan.**Programe sesiones de estudio breves varios días antes de un examen. Estudiar a toda prisa la noche anterior es menos eficaz. Durante cada sesión, ayude a mantener la concentración en el estudio del material que su hijo aún no domina, en lugar de repasar repetidamente el material que ya conoce.
- **Anime a su hijo a conectarse**nuevo material a la información previamente aprendida, lo que facilita su recuperación.
- **Sugiera cosas que su hijo pueda decir**para aliviar la ansiedad durante el examen. "Estoy preparado. Lo sé. Puedo recordar la respuesta". Su hijo también puede visualizar todas las preguntas respondidas correctamente.

Fuente: A. Warner, "Cómo ayudar a un niño con ansiedad ante los exámenes", USNews & World Report.

Desarrollar habilidades de pensamiento con preguntas

Hacer ciertos tipos de preguntas es una forma eficaz de ayudar a su hijo a desarrollar habilidades de pensamiento. Los expertos suelen dividir estas habilidades en seis categorías. Haga preguntas que estimulen a su hijo a:

1. **Recordar hechos.**Palabras interrogativas como*OMS,qué,dónde*y *cuando* Ayuda con esto.
2. **Reforzar la comprensión.**Pídale a su hijo que explique o describa los conceptos recién aprendidos.
3. **Aplicar los conocimientos.**Haga preguntas que le permitan a su hijo utilizar información para pensar en nuevas situaciones o predecir resultados.
4. **Analizar datos.**Pregunte cómo se pueden organizar varios elementos en grupos, o pida a su hijo que compare y contraste grupos de cosas.
5. **Sacar conclusiones.**Pídale a su hijo que justifique sus opiniones.
6. **Crear soluciones**A los problemas.

Fuente: "Taxonomía de Bloom revisada: preguntas iniciales", Facultad de Educación, Universidad Estatal de Illinois.

Fomentar el progreso de la lectura

Fomentar y apoyar la lectura es una de las mejores maneras de reforzar el éxito escolar. Además de hacer que su hijo lea todos los días, también puede:

1. **Inicie un club de lectura familiar.**Elija un libro que todos leerán y discutirán durante la cena.
2. **Deja que tu hijo vea**Estás leyendo: para divertirte, para obtener información, para aprender una nueva habilidad.
3. **Pregúntale al profesor**sobre estrategias para utilizar en casa para fortalecer las habilidades de lectura.

Aprendamos juntos este mes

Noviembre está lleno de oportunidades para sumergirse en el aprendizaje con su hijo:

- **1 de noviembre.***Día del Autor*. Ayude a su hijo a aprender sobre el autor de su libro favorito. ¿Qué más escribió?
- **5 de noviembre.***Día de elección* (EE. UU.) Analice los derechos, las responsabilidades y la importancia del voto.
- **28 de noviembre.***Día de acción de gracias*(EE.UU.) Como familia, hagan una lista de las cosas por las que están agradecidos.

Ayude a su hijo a ser un líder

Ya sean Naturalmente extrovertido o tímidos, todos los estudiantes pueden desarrollar y Benefíciese de las habilidades de liderazgo. Para ayudar:

- **Habla con tu hijo**sobre las cualidades de los líderes eficaces (pueden escuchar, comunicarse y resolver problemas, etc.).
- **Ayude a su hijo a considerar**puntos de vista de otras personas. Los líderes hacen que las personas *desear*Trabajar juntos.
- **Deja que tu hijo tome la iniciativa**Una reunión familiar.
- **Señalar a los líderes**en las noticias. Cuéntele también a su hijo qué está haciendo y por qué cuando actúa como líder.

Derechos de autor © 2024, Instituto de Padres®, una división de PaperClip Media, Inc. www.parent-institute.com

ELEMENTARY SCHOOL

Helping Children Learn®

Tips Families Can Use to Help Children Do Better in School

Noviembre de 2024

Q&A Mi hijo dice “No puedo aprender matemáticas”. ¿Qué puedo hacer?

P: Las matemáticas son un desafío constante para mi hijo, que dice que las odia. Me solidarizo con él porque yo no soy bueno en matemáticas. ¿Cómo puedo ayudar a mejorar la actitud de mi hijo?

A:La actitud cuenta en matemáticas, y tu actitud importa tanto como la de tu hijo. Las investigaciones muestran que cuando los padres dicen que no les gustó O les va bien en matemáticas, sus hijos también suelen tener problemas con ellas. Pero los niños cuyas familias inculcan el gusto por las matemáticas tienden a tener un mejor desempeño.

Para fomentar un reinicio de actitud:

- **Se positivo**Dígale a su hijo que las matemáticas son importantes y que todos pueden aprenderlas. Pídale que le enseñe nuevos conceptos.
- **Acabar con los estereotipos.**No existe un tipo de persona que sepa o no sepa hacer matemáticas. De hecho, los estudiantes que tienen éxito en matemáticas pueden contribuir en gran medida a romper con los estereotipos que puedan tener los demás.
- **Señale las matemáticas del mundo real.**Hable sobre las formas en que las personas usan las matemáticas dondequiera que vaya: haciendo depósitos bancarios, rastreando inventarios, etc. Analice carreras emocionantes que las utilizan, como piloto, diseñador e incluso influencer en las redes sociales.
- **""Gamificar” la práctica de matemáticas.**Los juegos hacen que las matemáticas sean divertidas. Pruebe este juego de cartas: cada uno de ustedes da vuelta una carta y luego, por turnos, suma, resta o multiplica los números.

Parent Quiz ¿Estás aprovechando al máximo los recursos?

Criar y educar a los hijos puede ser una tarea difícil, pero existen algunos recursos útiles disponibles en casi todas las comunidades. ¿Está creando una red de apoyo para usted mismo?*Sí*o*No*a las preguntas siguientes:

___1. ¿Tienes?Amigos ustedes
¿Puede hacer preguntas sobre la crianza de un niño de primaria? Los eventos escolares son excelentes lugares para conocer a familias que tal vez ya hayan encontrado respuestas.

___2. ¿Preguntas?en la escuela para
¿Materiales que pueden ayudarle a ayudar a su hijo?

___3. ¿Asistes?al menos uno
¿Programa para familias sobre cómo apoyar a los estudiantes cada año?

___4. ¿Conoces acon profesores
¿Hacer preguntas y discutir el aprendizaje de su hijo?

___5. ¿Has conocido a La escuela
¿consejero?

¿Qué tan bien lo estás haciendo?

*Más*Sí*Las respuestas significan que estás buscando apoyo para ayudar a tu estudiante a prosperar. Para cada*No*Prueba esa idea.*

"Somos fuertes, cada uno en su propósito, y juntos somos más fuertes."
— Bram Stoker

La comida saludable alimenta el aprendizaje

Los niños no aprenden bien cuando tienen hambre. La comida proporciona la energía que mantiene el cerebro de su hijo alerta y concentrado. Para darle energía a su estudiante para un día de aprendizaje:

- **Empecemos con el desayuno.**Programe un momento para que su hijo coma sin prisas. Si su hijo desayuna en la escuela, hable con él sobre la importancia de hacerlo.
- **Fomente la elección inteligente de almuerzos.** Explique que los alimentos ricos en azúcar y grasas hacen que el cuerpo se sienta cansado, lo que dificulta la concentración.
- **Mantenga las meriendas después de la escuela saludables.** Ofrezca artículos como verduras cortadas, frutas, queso y galletas integrales.

Fuente: “Desayuno para aprender: por qué es importante la comida de la mañana”, HealthyChildren.Org, Academia Estadounidense de Pediatría,

No hay necesidad de hacer trampa

Algunos estudiantes hacen trampa en la escuela porque les preocupa lo que sus familias harán si traen a casa una mala nota. Déjele en claro que lo que le importa es que su hijo se esfuerce y aprenda. Dígale que estaría más preocupado por una mala nota que enojado y que querría encontrar soluciones.

La práctica aumenta la persistencia

La perseverancia ayuda a los estudiantes a seguir adelante cuando el aprendizaje no es fácil. Las investigaciones muestran que la práctica ayuda a los niños a aprender. En un estudio, se les dio a los niños un rompecabezas para resolver. A algunos se les permitió que lo mantuvieran intentando, mientras otros Recibí ayuda de inmediato. Cuando se les dio un segundo rompecabezas, los niños a los que se les permitió quedarse

Los que lo intentaron la primera vez persistieron mucho más que los que recibieron ayuda. Ante un desafío, dale a tu hijo la oportunidad de practicar el intento antes de lanzarse.

Fuente: MW Berger, “Los niños persisten menos cuando los padres toman el control”,*Penn hoy,* Universidad de Pensilvania.

Ayudando a los niños a aprender®

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.
Editorial: Doris McLaughlin. Editorial emérita: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Alison McLean.
Traducción: Victoria Gaviola.
Copyright © 2024, The Parent Institute®,
una división de PaperClip Media, Inc.
Apartado Postal 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525 • www.parent-institute.com

Derechos de autor © 2024, Instituto de Padres®, una división de PaperClip Media, Inc. www.parent-institute.com