

# Escuela Primaria

# Los Padres

## ¡hacen la diferencia!

Mabel Hoggard Magnet School  
Olga Ross, School Counselor



## Enséñele a su hijo maneras positivas de lidiar con el fracaso

Tarde o temprano, su hijo experimentará el fracaso. La manera en la que usted reaccione ante ese fracaso puede ayudar a formar tanto su carácter como el éxito en la escuela.

Para ayudar a su hijo a recuperarse de los fracasos:

- **Recuérdale que lo ama incondicionalmente.** Su amor por él no depende de su rendimiento académico.
- **Enfóquese en lo positivo.** Los errores en realidad son oportunidades de aprendizaje. Ayude a su hijo a pensar en lo que puede aprender de estas experiencias.
- **Elogie lo que pueda.** “La mayoría de tus respuestas en este examen fueron correctas. Eso quiere decir que has mejorado”.
- **Sea realista.** Si usted sabe que él se está esforzando y su calificación todavía no sube, no lo deje pensar que está desilusionado. En lugar de

eso, enfóquese en crear un plan para que mejore.

- **Siga adelante.** No persista en hablar sobre el fracaso. Cuando los padres pasan demasiado tiempo hablando sobre los fracasos, a los niños se les puede dificultar seguir adelante.
- **No discuta** con los maestros o entrenadores para tratar de convencerlos de que cambien una decisión o una calificación. Su hijo necesita aprender a respetar sus decisiones.
- **No lo haga por él.** Si su hijo sacó una mala calificación en un trabajo de escritura, hable de las maneras en las que puede mejorar, pero no se ofrezca para escribirle el próximo informe.
- **Sea un modelo de conducta.** Aborde con sus propios errores y fracasos de maneras positivas.

Fuente: D. Walsh, *No: Why Kids—of All Ages—Need to Hear It and Ways Parents Can Say It*, Free Press.

## Enséñele a su hijo a lidiar con la presión de los compañeros



La mayoría de los niños enfrentan cierta presión de los compañeros cuando llegan a la escuela intermedia o secundaria. Pero ¿sabía que, incluso en la primaria, los niños pueden sentir presión por encajar y hacer lo que “todo el mundo” hace?

Algunas veces, esto significa ponerse de acuerdo con sus compañeros en burlarse de alguien en el patio de recreo. Otras veces, significa ver una película en la casa de un amigo que nunca tendría permitido ver en su propia casa.

Ahora es el momento de enseñarle a su hijo cómo lidiar con la presión de los compañeros, y cómo decir *no* a las cosas que no encajan con las reglas o los valores de su familia. Anímelo a repetir estas frases en su mente:

- **Puedo negarme** a hacer las cosas que me expondrían a una situación peligrosa.
- **Puedo tomar** buenas decisiones por mi propia cuenta.
- **Puedo decir**, “Tú eres mi amigo, pero no quiero hacer eso”.
- **Está bien** si tomo decisiones que no son las mismas que toman mis amigos.

Fuente: D. Bloch, *The Power of Positive Talk: Words to Help Every Child Succeed*, FreeSpirit Publishers.

# Los días especiales de abril ayudan a fomentar el aprendizaje todo el mes



Si bien el mes de abril trae lluvias, también trae buenas oportunidades de promover tanto la responsabilidad como el aprendizaje. Aquí tiene algunas actividades que puede realizar con su hijo este mes:

- **El 2 de abril:** Día Internacional del Libro Infantil. Este día está diseñado para inspirar el amor por la lectura. Agarre un libro y pase tiempo leyendo con su hijo.
- **El 12 de abril:** Día Nacional de los Trabajadores Bibliotecarios. Pídale a su hijo que haga una tarjeta para agradecerle a la bibliotecaria de la escuela por ayudarlo en la biblioteca.
- **El 15 de abril:** Día Nacional de la Lavandería. Enséñele a su hijo cómo lavar su propia ropa.

- **El 22 de abril:** Día de la Tierra. Piensen en algo que puedan hacer en familia para proteger la tierra, como reciclar.
- **El 23 de abril:** cumpleaños de Shakespeare. Actúe con su hijo una escena de una de las obras de Shakespeare. O rete a su hijo a escribir su propia obra.
- **El 30 de abril:** Día Nacional de la Honestidad. Hable con su hijo sobre por qué es importante ser honesto *todos* los días.

**“Desarrolle una pasión por el aprendizaje. Si así lo hace, nunca dejará de crecer”.**

—Anthony J. D’Angelo

# Para facilitar el proceso de escritura, guíe los pensamientos de su hijo



Pregúntale a cualquier escritor cuál es la parte más difícil de escribir, y es muy probable que escuche la misma respuesta una y otra vez: comenzar.

Si esto le sucede a un escritor con experiencia, le sucederá aún más a un escolar de primaria que tiene una hoja de papel en blanco en frente. ¿Qué escribirá? ¿Y cómo podrá llenar todo ese espacio en blanco? Una hoja en blanco puede ser muy abrumadora.

Usted puede ayudar a su hijo a comenzar bien haciéndole preguntas y comentarios para guiar sus pensamientos. Si a su hijo le asignan que escriba sobre una experiencia personal, por ejemplo, siga estos tres pasos:

1. **Ayúdelo a hacer una lista** de sus experiencias recientes: el día que armó la tienda de campaña en el jardín trasero (y miraba mientras se tumbó); el día que metió un gol en el partido de fútbol;

el día que se torció el tobillo; el día que nació su hermanita. Luego, pídale que escoja una de las experiencias como tema de escritura.

2. **Pídale que le cuente** sobre la experiencia. Narrar una historia es una manera de recordar los puntos clave. ¿Por qué él y su papá estaban armando una tienda de campaña? ¿Dónde estaba almacenada la tienda de campaña? ¿Leyeron las instrucciones? Su hijo incluso puede agregar ilustraciones de lo que sucedió en primer, segundo y tercer lugar.
3. **Pídale a su hijo** que responda las preguntas básicas de un periodista: *qué, quién, cuándo, dónde, por qué y cómo*. Responder este tipo de preguntas lo ayudará a reunir todos los detalles que necesita para escribir.

**Fuente:** C. Fuller, *Teaching Your Child to Write—How Parents Can Encourage Writing Skills for Success in School, Work and Life*, Berkley Books.

# ¿Está ayudando a su hijo a aprender la historia de su familia?



Aprender sobre los orígenes de su familia es una excelente manera de despertar la curiosidad de su hijo y de hacer que la historia cobre vida. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si está ayudando a su hijo a aprender más sobre su familia:

- \_\_\_ 1. **¿Comparte** fotografías viejas y anécdotas familiares con su hijo?
- \_\_\_ 2. **¿Preparan** recetas familiares juntos? Preparar y compartir alimentos es una buena manera de desarrollar tradiciones.
- \_\_\_ 3. **¿Anima** a su hijo a preguntarles a los miembros mayores de la familia sobre sus memorias de la infancia?
- \_\_\_ 4. **¿Ha mirado** un mapa con su hijo para buscar el país o los países de donde provienen sus antepasados? Retiren libros sobre estos lugares cuando vayan a la biblioteca.
- \_\_\_ 5. **¿Está haciendo** un álbum de recortes para preservar la historia de su familia? Guarde fotografías y cartas de las generaciones anteriores.

## ¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted está familiarizando a su hijo con la historia de su familia. Para cada respuesta *no*, pruebe 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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2019, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada.

Empleador con igualdad de oportunidad.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.  
Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

# Estrategias sencillas para fomentar el comportamiento respetuoso



Hay días en que tanto los padres como los maestros se acuerdan de la canción de Aretha Franklin, pues lo único que desean es un un poco de R.E.S.P.E.T.O.

Pero, en la sociedad actual, donde la falta de respeto es algo común, puede ser aún más difícil inculcar el respeto en los niños. Afortunadamente, todavía existen algunas cosas que funcionan.

Para fomentar el respeto:

- **Dé un buen ejemplo.** El respeto, así como la mayoría de los valores, no se enseña con *palabras*, sino mediante el *ejemplo*. Cuando su hijo lo vea a usted tratar a todo el mundo con respeto, desde su maestro en la escuela hasta la persona sin hogar en la calle, aprenderá que es la manera apropiada de comportarse.
- **Señálelo cuando lo vea.** Cuando vea a otras personas comportándose

de maneras respetuosas, haga un comentario positivo. “¿Viste cómo ese señor le ofreció su asiento a esa mujer anciana? ¡Eso fue muy respetuoso de su parte!” No hay necesidad de dar la lata. Su hijo captará el mensaje.

- **Elógielo cuando lo demuestre.** “Javi, me sentí muy orgulloso de tu comportamiento cuando le abriste la puerta a la Sra. Méndez. Sé que ella apreció mucho que lo hicieras”.
- **Corríjalo.** Si su hijo comete un error, ayúdelo a encaminarse. En privado, dígame algo como, “¿Te acuerdas cuando hablamos sobre cómo saludar a los invitados?”
- **Repita lo que escucha.** Si un maestro o vecino le dice que su hijo lo saludó cortésmente, dígame a su hijo que usted está muy orgulloso de su conducta respetuosa.

# Ayude a su estudiante a triunfar en los exámenes estandarizados



Los exámenes estandarizados se han usado para evaluar el rendimiento y las habilidades de los estudiantes desde hace

muchos años. Sin embargo, es importante recordar que un solo examen no representa el total de las habilidades de un niño. Tal vez un estudiante que saca calificaciones altas en su trabajo de clase esté muy ansioso el día del examen para poder pensar claramente.

Para ayudar a su escolar de primaria a tener éxito en los exámenes:

- **Haga que la escuela sea una prioridad.** Los estudiantes a los que les va bien en los exámenes suelen ser los que estudian y terminan su tarea a tiempo. También, faltan a la escuela menos que otros estudiantes. Estos son hábitos que usted puede fomentar todos los días.
- **Desarrolle rutinas sanas.** Su hijo necesita dormir lo suficiente y tomar

un desayuno nutritivo todos los días antes de ir a la escuela.

- **Comuníquese con los maestros.** Además de enterarse sobre cómo le va a su hijo durante el año, preste atención a los detalles del examen. Hágame preguntas al maestro, tales como, “¿Qué habilidades evalúan los exámenes?” “¿Cómo debería ayudar a mi hijo a prepararse para rendirlos?”
- **Promueva la lectura.** En la mayoría de los exámenes se requiere la lectura. Por eso, procure que su hijo lea a menudo. Las habilidades de lectura se fortalecen con la práctica regular.
- **Reduzca la ansiedad.** A medida que se aproxime la fecha del examen, ayude a su hijo a permanecer positivo y tranquilo. Si él se pone nervioso, puede dar respiraciones profundas y decirse, “¡Yo puedo hacerlo!” Recuérdele que usted lo ama incondicionalmente.

**P:** Mi hijo nunca ha tenido muchos amigos. Pero había un niño en su clase que solía pasar tiempo con él, hasta hace poco tiempo. Este mismo niño se ha hecho amigo de un nuevo grupo de estudiantes y, todos ellos, han decidido ignorar a mi hijo.

Ahora mi hijo no quiere ir a la escuela. No sé cómo manejar la situación. ¿Debería llamar a la madre del niño que solía ser su amigo para pedirle que hable con su hijo?

## Preguntas y respuestas

**R:** Aunque todos queremos que la escuela sea un lugar de aprendizaje exclusivamente, los expertos saben que también existe un aspecto social muy importante. Y cuando los asuntos sociales afectan el deseo de asistir a la escuela de un niño, es momento de tomar medidas.

Llamar a los padres de otros niños rara vez funciona y, por lo contrario, podría generarle más angustia a su hijo. En lugar de eso:

- **Hable con el maestro de su hijo.** ¿Ha observado usted que su hijo está siendo excluido? Pídale ayuda para hacer que su hijo se sienta incluido en las actividades de la clase.
- **Busque oportunidades** para que su hijo forme amistades fuera de la escuela. Piense en programas, como los Niños Exploradores u otras organizaciones para niños. Algunas veces, un ambiente estructurado hace que a los niños les resulte más fácil hacer amistades.
- **Averigüe sobre los clubes** y otras actividades en la escuela. Formar vínculos con otros estudiantes que comparten sus intereses, ya sea hacer robots, jugar ajedrez o cantar en el coro, podría ayudar a su hijo a encontrar su grupo de amigos.

Si su hijo sigue teniendo dificultades, hable con el pediatra o el consejero de la escuela.



# Enfoque: la tecnología

## Haga de la seguridad cibernética una prioridad en su hogar



La tecnología ha cambiado la manera en la que los estudiantes aprenden y la manera en la que se socializa. Todos los días,

millones de niños de todas las edades se conectan en línea, ya sea en la casa, en la escuela, en las casas de sus amigos o en la biblioteca. Y muchos de ellos también crean contenido en línea.

Para guardar la seguridad de su hijo cuando esté en línea:

- **Hable sobre las reglas** y expectativas. Use programas de software que ayudan a proteger a los niños, pero no olvide supervisar con cuidado, también. Solo permita que su hijo se comunique en línea con personas a las que ambos conozcan.
- **Establezca pautas.** Establezca las horas en las que no se permite usar la tecnología, como durante las comidas. Fije un horario en el que se tengan que apagar todos los aparatos electrónicos en la noche.
- **Recuérdale a su hijo** que no debe divulgar información personal en línea, tal como su nombre, teléfono, escuela, contraseñas y ubicación.
- **No permita el acceso** a internet cuando su hijo esté en su cuarto. Solo deje que se conecte cuando usted pueda ver lo que hace.
- **Aprenda sobre los sitios web** que su hijo quiere visitar y las aplicaciones que quiere bajar. Asegúrese de revisar el contenido.
- **Anime a su hijo** a decirle si algo inapropiado sucede cuando está en línea. Informe a las autoridades cualquier preocupación que tenga.
- **Manténgase informado** sobre la seguridad en línea. Si desea más consejos de seguridad, visite *fosi.org* (Family Online Safety Institute) y *netsmartz.org* (National Center for Missing and Exploited Children).

## Reduzca el tiempo que su hijo pasa frente a la pantalla

Las pantallas son parte de la vida cotidiana. Pero eso no significa que su hijo debería estar pegado a una todo el día.

Pasar demasiado tiempo frente a pantallas puede conducir a la obesidad, a la conducta adictiva y al mal rendimiento en la escuela. Por ende, procure alejar a su hijo de las pantallas y ponerlo en el camino hacia una vida sana y activa.

Para manejar el tiempo que su hijo pasa frente las pantallas:

- **Establezca límites.** Decida una cantidad razonable de tiempo de ocio que su hijo pueda pasar frente a la pantalla y hágala cumplir.
- **Evite usar el tiempo** frente a la pantalla como recompensa o castigo. Hacer esto le dará aún más importancia a las pantallas.
- **Ofrezca alternativas.** Su hijo podría leer, ir afuera para tomar aire o simplemente soñar despierto.
- **Mantenga las pantallas** fuera de las recámaras. Los niños que tienen aparatos electrónicos en sus



recamaras consumen mucho más tiempo de pantalla que los niños que no los tienen.

- **Dé un buen ejemplo.** Permita que su hijo lo vea apagar a la computadora y dejar de lado el teléfono.

Fuente: R. Vitelli, Ph.D., "How Do Bedroom Digital Devices Affect Children?" *Psychology Today*, niswc.com/elem\_screen-limits.

## Enséñele a su hijo cómo evaluar la información en internet



Su hijo tiene que escribir un informe, y quiere investigar en línea. Use esta oportunidad para enseñarle maneras

seguras y confiables de conducir una investigación. Aquí tiene cómo:

1. **Prepare.** Busque sitios web en los que usted confía, como enciclopedias para niños. Pídale una lista de sitios adecuados al maestro de su hijo. También puede consultar el sitio web de la escuela para buscar recursos recomendados en línea.
2. **Supervise.** Siéntese en la computadora con su hijo. Busquen

información juntos. Mientras seleccionen los recursos, evalúenlos con cuidado. ¿Quién es el autor? ¿Qué es lo que hace que sea confiable?

3. **Hable de las características** de un sitio legítimo. ¿Es administrado por una fuente confiable? ¿Termina en *.gov* o *.edu*? Estos sufijos indican afiliaciones gubernamentales o educativas.
4. **Miren en detalle** la información que figura en la página. ¿Qué tan reciente fue escrita o actualizada? ¿Muestra hechos u opiniones? ¿Hace referencia a otras fuentes confiables?