ESCUELA PRIMARIA

Noviembre 2026

# Ayudando a los Niños a Aprender™

*Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Niños a Salir Mejor en la Escuela*

Prince William County Schools

## Permita que su niño lo vea leer a menudo por todo tipo de razones



Su niño siempre está mirándolo y aprendiendo de usted, incluso cuando no parece. Por lo tanto, cuando demuestra las muchas razones por las cuales la lectura es útil en su vida, su niño aprende que es una habilidad que vale la pena tener.

Para ayudar a su escolar de primaria a desarrollar el hábito de la lectura, lea a menudo y comente por qué lo hace. Muestre que leer lo ayuda a:

- **Relajarse y pasarla bien.** Diga que leer es entretenido y no solo algo para la escuela o el trabajo.
- **Averiguar cosas.** Explique que está leyendo un manual para averiguar cómo programar la nueva cafetera o un parte meteorológico para decidir qué ropa ponerse. Enséñele a su niño cómo se lee una receta para asegurarse de tener todos los ingredientes necesarios antes de empezar a cocinar.
- **Aprender cosas nuevas.** Diga: "Estoy intentando aprender más sobre la IA porque queremos usarla en el trabajo. Este artículo explica cómo la usan otras empresas".
- **Hacer que la espera no resulte aburrida.** Lleve algo para leer donde quiera que vaya. No preste atención a las pantallas de televisión de las salas de espera y saque su libro. Ponga audiolibros en viajes largos en carro.
- **Enriquecer conversaciones** y relaciones. Cuando lea algo interesante, lea un fragmento en voz alta. Comparta un artículo que podría agradarle a su niño.

## Aborde el comportamiento con tres P

Cuando se trata de problemas de comportamiento, muchas familias *esperan* a que su niño se porte mal para actuar. Pero evitar el comportamiento problemático desde el principio es mucho más eficaz. Este es un sistema de tres pasos para lograrlo:

1. **Predecir.** Piense en un comportamiento que le gustaría que cambie. Quizás su niño suele tardar tanto en levantarse de la cama y prepararse que las mañanas son un caos.
2. **Prepararse.** Dado que puede predecir el comportamiento, también puede pensar en maneras de prevenirlo. En lugar de esperar a que su niño se demore en bajar a desayunar, haga una lluvia de ideas de formas de evitar que tarde en ponerse en marcha. ¿Su niño está cansado por la mañana porque se quedó despierto hasta muy tarde por la noche? Dormirse más temprano podría cambiar eso. ¿Su niño tarda demasiado en prepararse para la escuela? La solución es preparar la mochila la noche anterior.
3. **Practicar.** Ayude a su niño a practicar estrategias de prevención hasta que se conviertan en rutinas. ¡Y luego, felicítelo por haberse preparado a tiempo!

## No lo dude, ¡participe!

Cada niño es único. Pero *todas* las familias pueden participar en la educación de sus niños de maneras beneficiosas. Sumérjase y participe:

- **En casa.** Hable con su niño todos los días sobre la escuela. Fomente la lectura diaria. Prueben cosas nuevas juntos.
- **En la escuela.** Asista a los eventos para familias. Pregúnteles a los maestros cómo apoyar el aprendizaje de su niño. Si es necesario, solicite un intérprete o documentos traducidos.
- **En la comunidad.** Conozca a otras familias. Comparta ideas para ayudar a la escuela a satisfacer las necesidades.

## Ayude a recordar las reglas

Crear frases pegadizas que relacionen las reglas con sus consecuencias puede ayudar a su niño a recordarlas. Por ejemplo:

- **Si queda sin guardar,** una semana no se podrá usar. Las cosas que no se guarden correctamente se dejarán en el rincón de castigo durante una semana.
- **Juega en paz o tendrás que parar.** Los hermanos que pelean tendrán que tomarse un tiempo para pensar sobre sus acciones.

## Ayude a su niño a dar un paso adelante



¿Cómo se debe reaccionar cuando las calificaciones son decepcionantes? Mantenga la calma y ayude a su niño a mejorar. Siga estos pasos:

1. **Haga preguntas** sobre las calificaciones, como: *¿Cómo crees que reflejan tu trabajo? ¿Comprendes las lecciones? ¿Qué podrías hacer diferente?*
2. **Consulte al maestro.** ¿Su niño está teniendo problemas en clase? ¿Qué recursos de ayuda hay disponibles?
3. **Ofrezca ayuda.** Sugiera maneras de buscar ayuda o respuestas en lugar de rendirse.

Copyright © 2026, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc. www.parent-institute.com

ESCUELA PRIMARIA

# Ayudando a los Niños a Aprender™

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Niños a Salir Mejor en la Escuela

Noviembre 2026

## P y R ¿Cómo evito que el peso se vuelva un problema escolar?

**P: Mi niño tiene un poco de sobrepeso. Estamos mejorando la alimentación en casa, asesorados por un médico. Pero mi niño casi no tiene amigos en la escuela y no quiere ir. ¿Qué puedo hacer?**



**R:** Más de un tercio de los niños de los EE. UU. tienen sobrepeso. Y, por desgracia, muchos tienen problemas en la escuela. Los estudios demuestran que el acoso por el peso es más frecuente que otros tipos de acoso. Muchos niños no participan en clase porque temen que se burlen de ellos. Además, suelen pasar más tiempo solos dedicándose a actividades menos activas.

Para ayudar a su niño a salir adelante:

- **Reconozca todas las razones positivas** por las que su niño es una persona valiosa.
- **Dígale al maestro** lo que está pasando con su niño. El maestro puede estar atento a las burlas y tener ideas sobre otras formas de ayudar.
- **Haga hincapié en la salud** más que en el número de la balanza. Céntrese en adoptar hábitos que ayuden a su niño a sentirse sano y fuerte.
- **Sigan las instrucciones del médico.** Pero evite convertirse en la "policía de la alimentación" de su niño. Haga cambios saludables en la alimentación de toda la familia.
- **Convierta la actividad física en una prioridad.** Organice actividades para el fin de semana, como hacer senderismo o patear una pelota.

## Cuestionario Para Padres ¿Muestra cómo escuchar con atención?

Escuchar es una habilidad de aprendizaje importante. Su niño tendrá que escuchar para asimilar nueva información y comunicarse de forma eficaz. ¿Le está enseñando a su niño a escuchar con el ejemplo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Presta** toda su atención cuando su niño le está hablando? Si está ocupado, ¿le dice cuándo podrá escucharlo?
2. **¿Le da** a su niño para que exprese sus pensamientos con palabras y sigue escuchándolo con paciencia?
3. **¿Le permite** a su niño terminar de hablar sin interrumpirlo y le pide que él tampoco lo interrumpa?
4. **¿Repite** lo que dice su niño para asegurarse de haber entendido?
5. **¿"Escucha"** el comportamiento de su niño? Un niño que se porta mal está comunicando una necesidad.

**¿Cómo le está yendo?**

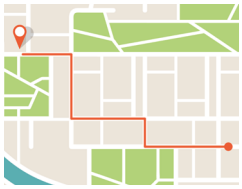
*Si hay más respuestas* sí, *usted está ayudando a su niño a mejorar las habilidades de escucha. Para cada respuesta* no, *pruebe esa idea.*

"Cuando habla, solo repite lo que ya sabe. Pero cuando escucha, puede aprender algo nuevo".
—El Dalai Lama

## Ponga la geografía en el mapa

Ayude a su niño a celebrar la Semana de la Concientización sobre la Geografía (16 al 20 de noviembre) con estas actividades de aprendizaje:

- **Busque lugares** que se mencionen en las noticias en un mapa. Aprendan juntos datos nuevos sobre los lugares y las personas que viven allí.
- **Exploren la geografía local.** Ayude a su niño a descubrir por qué su ciudad está situada donde está y qué la conecta con el resto del mundo (carreteras, vías férreas, ríos, etc.).
- **Hagan mapas.** Pídale a su niño que haga un mapa del recorrido desde su casa hasta la escuela, una tienda o la casa de un amigo. Luego, sigan el mapa.



## Haga preguntas cuando las matemáticas se compliquen

Cuando su escolar de primaria se queda atascado con un problema de matemáticas, hacerle preguntas puede ayudarlo a resolverlo. Puede preguntar:

- *¿Qué dicen las instrucciones?*
- *¿Qué palabras no comprendes?*
- *¿Qué cosas sabes ya que puedan ser de ayuda?*
- *¿Sería útil hacer un diagrama?*
- *¿Puedes encontrar una explicación en tu libro?*

## Fomente el pensamiento más profundo

Se espera que su escolar de primaria piense, evalúe y razone en todos los grados. Para desarrollar estas habilidades, pídale a su niño que:

- **Identifique patrones** ¿Qué ve su niño en esa telaraña, por ejemplo?
- **Evalúe el desempeño.** Pregunte: "¿Qué hiciste bien? ¿Qué cambiarías la próxima vez?"
- **Explique el razonamiento.** ¿Por qué su niño hizo eso en concreto?
- **Busque distintas maneras** de resolver un problema.

**Ayudando a los Niños a Aprender™**

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2026, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525 • www.parent-institute.com

Copyright © 2026, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc. www.parent-institute.com