

Ayudando a los Niños a Aprender™

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



Septiembre 2025

Prince William County Schools

Fomente la lectura frecuente mostrando cómo puede disfrutarse

Tener habilidades de lectura sólidas hará que todas las materias sean más fáciles para su niño. Los estudiantes desarrollan estas habilidades de forma más eficaz cuando *quieren* hacerlo y lo hacen con frecuencia.

Para fomentar el interés de su niño por la lectura:

- **Ofrézcale una variedad** de materiales de lectura. Tanto si usted lee en voz alta como si su niño lee por su cuenta, deje que él escoja entre novelas de ficción, no ficción, novelas gráficas, etc. sobre todo tipo de temas. Vaya con frecuencia a la biblioteca para actualizar la selección.
- **Siga las noticias.** ¿Hay alguna noticia en desarrollo adecuada para la edad que le interese a su niño? Lea las últimas novedades.
- **Planifique una excursión.** Ayude a su niño a investigar en línea atracciones gratuitas o de bajo costo en su zona, como museos o lugares históricos. Cuando los visiten, pídale que sea su guía turístico y comparta datos interesantes.
- **Escuchen audiolibros.** Muéstrela a su niño lo interesantes que pueden ser los libros. Podría descargar audiolibros gratuitos o grabarse leyendo en voz alta. Su niño podrá seguir la lectura en una versión impresa mientras escucha el audiolibro.
- **Dele cupones de lectura.** Algunos podrían ser por 30 minutos de lectura con usted. Otros podrían servir para canjearlos por un libro nuevo.



Use objetivos para inspirar mejoras

Un nuevo año escolar les permite a todos los estudiantes empezar de cero. Para aprovecharlo al máximo, ayude a su niño a trazarse algunas metas de aprendizaje. Trabajar por objetivos ayuda a los estudiantes a mantenerse motivados y aprender a enfocar el tiempo y el esfuerzo de manera eficaz.

Para empezar:

- **Cuéntele a su niño** sobre algo que haya decidido cambiar. "Haré más ejercicio y reduciré el uso de las pantallas". Explique que se está haciendo una promesa de alcanzar esa meta.
- **Ayude a su niño** pensar una meta de mejora en la escuela. "Completar esta tarea de matemáticas fue un desafío para ti el año pasado. ¿Qué podrías hacer este año para que te resulte más fácil?"
- **Ayude a su niño** a definir pasos específicos para alcanzar la meta. "Haré operaciones matemáticas durante 10 minutos por día. Seguiré intentando si una pregunta me resulta difícil. Le pediré a mi maestro que me explique las operaciones que me resulten confusas".
- **Ofrezca ayuda** si su niño se desvía. "No alcanzar la meta no significa que no puedas volver a encaminarte".

Apoye el éxito de su niño

Un entorno familiar propicio contribuye a que los niños den lo mejor de sí en la escuela. Para ayudar a su niño a prosperar el próximo año:

- **Exíjale a su niño que dé lo mejor** de sí mismo y que se centre más en el aprendizaje que en las calificaciones.
- **Muestre entusiasmo** por el aprendizaje y participen juntos en actividades didácticas.
- **Expresé su amor** por su niño escuchándolo, alentándolo y siendo atento.

Retomen el modo escolar

Adaptarse a los horarios y las prioridades del año escolar después del verano puede ser difícil. Para que sea más fácil:

- **Cree un cronograma semanal.** Incluya momentos para el trabajo escolar, jugar, actividades y tiempo en familia.
- **Establezca horarios para acostarse** y despertarse para su niño que le permitan dormir al menos nueve horas y tener mucho tiempo para prepararse.
- **Reduzca el uso pasivo de las pantallas.** Establezca límites en el uso de los dispositivos, límites de actividades y zonas libres de pantallas (como la mesa durante la cena).



Manténgase en contacto con los maestros

Las familias son socios en la educación, y la comunicación entre usted y los maestros los ayudará a trabajar juntos con eficacia. Cuando se ponga en contacto con los maestros para hacer preguntas o para compartir información sobre su niño:

- **Hable sobre las fortalezas de su niño** y esté dispuesto a escuchar cuáles son sus debilidades y cómo abordarlas.
- **Recuerde que tanto usted** como el maestro quieren ayudar a su niño a aprender.
- **Haga pedidos** en lugar de exigir, y deles a los ocupados maestros tiempo para responder.





¿Cómo aumentar la confianza de mi niño en sí mismo?

P: Mi escolar de cuarto grado es inteligente y capaz, pero él no cree que eso sea cierto. En su lugar, dice cosas como "Nunca hago nada bien". ¿Cómo puedo ayudar a mi estudiante a comenzar el año escolar sintiéndose competente?

R: El trabajo escolar y las situaciones sociales suelen volverse más difíciles en los últimos años de la escuela primaria. Esto puede crear inseguridad y dudas en algunos estudiantes. Sienten presión para estar a la altura y pueden tener miedo al sentir que no tienen lo que se necesita.

Para ayudar a su niño a sentirse capaz de obtener buenos resultados en la escuela:

- **Busque actividades** en las que su niño pueda experimentar el éxito. Si el deporte es lo suyo, anime a su niño a practicarlo para mejorar sus habilidades. Si su niño disfruta leer, sugírale que comience un club de lectura con sus amigos. También es probable que su niño conozca a otros niños que compartan sus intereses en actividades divertidas.
- **Asigne responsabilidades en casa.** Explíquele a su niño que cuando hace tareas domésticas ayuda a toda la familia, y agrádezcalle por hacer una contribución valiosa. Felicítelo por completar tareas sin que se lo recuerde: "Eres tan responsable".
- **Celebre los logros.** ¿Su niño acaba de hacer algo maravilloso? Felicítelo por su logro, ya sea haber obtenido una buena calificación en una prueba o haber resuelto un problema de matemáticas complicado.



Cuestionario Para Padres

¿Está fomentando hábitos saludables?

Una manera clave de ayudar a su niño a estar alerta y concentrado en la escuela es reforzar los hábitos saludables en casa. ¿Está ayudando a su niño a mantenerse saludable y bien para aprender? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Mantiene** un horario de acostarse fijo para su niño durante la semana y limita los cambios a una hora más tarde los fines de semana?
2. **¿Se asegura** de que el día de su niño comience con un desayuno?
3. **¿Promueve** el ejercicio a diario y busca maneras divertidas de que su niño se mantenga activo?
4. **¿Le enseña** a su niño a lavarse las manos con frecuencia a lo largo del día?
5. **¿Ayuda** a su niño a comprender y a seguir las reglas de seguridad

para jugar e interactuar con otras personas?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está estableciendo hábitos diarios que apoyan el éxito en la escuela. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

"Hay un vínculo muy estrecho entre la buena salud y una buena educación".
—Laura Bush

La escritura empieza con ideas

Tanto si su niño necesita pensar en un tema para un trabajo como en una idea para un cuento, una sesión de lluvia de ideas puede ayudar. Para poner en marcha el proceso, anime a su niño a:

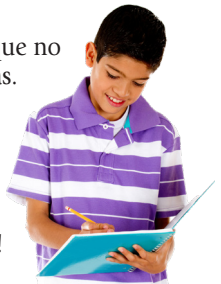
- **Hacer listas.** Sugiera temas como: *Cosas que me encantan. Cosas sobre las que sé mucho. Cosas sobre las que desearía saber.*
- **Pensar sobre las cosas** de maneras nuevas. Hágale preguntas como las siguientes a su niño, "¿Cómo sería la vida si tuvieras los ojos en los pies?"
- **Observar** y escribir lo que nos trae a la mente lo que vemos.
- **Escribir acciones** que puedan añadirse a las ideas: *¿Qué ocurrirá luego? ¿Qué tan rápido ocurrirá?*

Fuente: D.B. Reeves, Ph.D., *Reason to Write: Help Your Child Succeed in School and Life Through Better Reasoning and Clear Communication*, Kaplan Publishing.

Promueva la consciencia

Los estudiantes *conscientes* cumplen con sus responsabilidades, dan lo mejor de sí mismos en las tareas escolares y obtienen mejores resultados en la escuela. Para ayudar a desarrollar la consciencia:

- **Recuérdale a su niño** que no debe apurarse con las tareas.
- **Pídale a su niño** que revise su trabajo.
- **Anime a su niño** cuando las cosas se pongan difíciles. "¿Puedes lograrlo! ¿Qué más puedes probar?"



Sea positivo sobre el aprendizaje

Estas son tres maneras importantes de aumentar el entusiasmo de su niño por la escuela este año:

1. **Muestre que la educación** es importante para usted yendo a las reuniones de padres y reuniones familiares.
2. **Felicite a su niño** por su esfuerzo, progreso y logros.
3. **Ayude a su niño a ver** cómo aplican las lecciones escolares a la vida fuera del salón de clases.

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 © 2025, 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