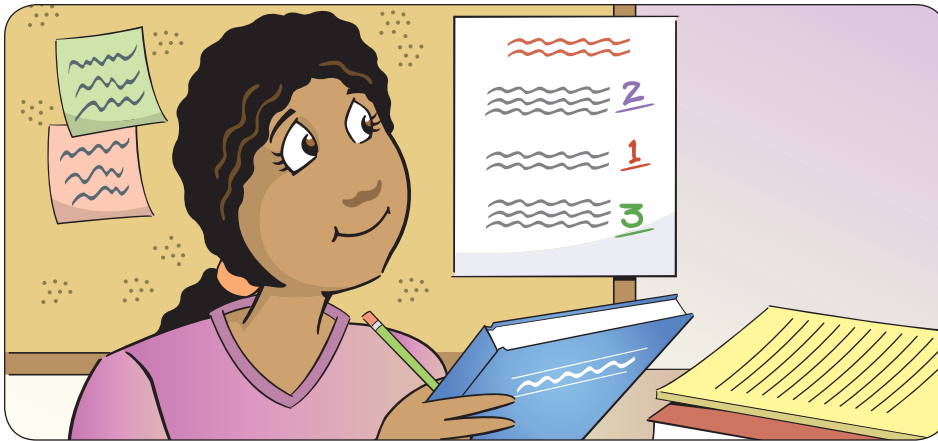


Los Padres

Keansburg School District

¡hacen la diferencia!



Aprender responsabilidad rinde recompensas para toda la vida

Los educadores están de acuerdo en que los niños que son responsables rinden mejor en la escuela. Afortunadamente, los padres tienen muchas oportunidades para enseñar responsabilidad, y además, tienen más influencia sobre sus hijos que cualquier otra persona.

Para desarrollar el sentido de la responsabilidad:

- **Aplique reglas y consecuencias.** Haga cumplir algunas reglas y consecuencias apropiadas a la edad de su hijo. Expréselas en palabras fáciles de comprender para que su hijo sepa exactamente cómo comportarse.
- **Asígnele algunas tareas a su hijo.** Los escolares de primaria tienen la capacidad de cumplir con responsabilidades como limpiar sus dormitorios y ayudar a lavar la ropa.
- **Permita que su hijo tome decisiones,** como qué tarea hacer primero. Tomar decisiones fomenta la confianza.

- **Hable sobre la responsabilidad financiera.** Muchos niños reciben una mesada o se les paga por otros quehaceres domésticos. Esta es una buena oportunidad para enseñar a hacer presupuestos, sobre los gastos, ahorrar y donar dinero.
- **Busque maneras de ayudar a los demás.** Hable sobre lo que significa ser responsable. Ayude a su hijo a encontrar maneras significativas para contribuir, tanto a la familia como a la comunidad, realizando quehaceres domésticos y donando ropa a instituciones caritativas.
- **Ajuste las reglas y responsabilidades.** A medida que su hijo vaya madurando, sus habilidades cambiarán. Quizás pueda encargarse de quehaceres domésticos más complicados. O tal vez, pueda tomar nuevas decisiones emocionantes. ¡Hable de lo bien se siente ser responsable!

Fuente: M. Purcell, "Building Responsible Kids," Psych Central, niswc.com/elem_responsible.

El mes de abril brinda diversión y aprendizaje



El mes de abril puede traer lluvias, pero también trae días que los padres pueden usar para promover el aprendizaje. Aquí tiene algunas cosas divertidas que puede realizar con su hijo durante este mes:

- **El 2 de abril**—El Día Internacional del Libro Infantil. Se celebra este día para inspirar la afición por la lectura. Tomen algunos libros y pasen tiempo leyendo juntos.
- **El 12 de abril**—El Día Nacional del Bibliotecario. Pídale a su hijo que le haga una tarjeta a la bibliotecaria de la escuela para las gracias por todo lo que hace.
- **El 22 de abril**—El Día de la Tierra. Piensen en algo que pueden hacer en familia para proteger al medio ambiente, tal como reciclar.
- **El 23 de abril**—El Cumpleaños de Shakespeare. Junto con su hijo, hagan una representación dramática de una escena de alguna obra de Shakespeare. O desafíe a su hijo a que intente escribir su propia obra.
- **El 30 de abril**—El Día Nacional de la Honestidad. ¡Hable con su hijo sobre la importancia de ser honesto *todos* los días!

Aprender a decir *no* es una habilidad importante para todos los niños



La mayoría de los niños deben enfrentar la presión de los compañeros cuando llegan a la escuela intermedia o secundaria.

Pero, ¿sabía que incluso los escolares de primaria pueden sentir presión por quedar bien y hacer lo que hacen los demás?

Algunas veces, esto quiere decir aceptar la burla o la intimidación de otros en el patio de recreo. Otras veces, significa ver una película en la casa de uno de sus amigos que nunca sería permitida en su propia casa.

Este es el momento de enseñarle a su hijo a lidiar con la presión de los compañeros. Ayúdelo a aprender a decir *no* a las cosas que no correspondan con las reglas disciplinarias o los valores de su familia.

Aquí tiene algunas frases que su hijo debería repetirse a sí mismo:

- Puedo decir *no* a las cosas que me pondrían en peligro.
- Puedo tomar buenas decisiones yo mismo.
- Puedo decir, “Tú eres mi amigo, pero no quiero hacer eso”.
- Está bien si elijo opciones que no son las mismas que eligen mis amigos.

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

“Necesitamos aprender a decir *sí* lentamente y *no* rápidamente”.

—Tom Friel

Cinco estrategias sencillas para fomentar la conducta respetuosa



Hay días en los que los padres y los maestros se sienten como Aretha Franklin. Solo piden que los niños les muestren

un poco de R.E.S.P.E.T.O. Pero, en la sociedad actual, en la que la falta de respeto es una cosa común, es un desafío muy grande criar a niños respetuosos. Afortunadamente, todavía existen algunas estrategias que funcionan. Aquí tiene cinco maneras de enseñar respeto:

1. Sea un buen modelo de conducta.

El respeto, igual que la mayoría de los valores, es *adquirido* y *no enseñado*. Cuando su hijo lo ve a usted tratar a las demás personas con respeto, desde a su maestro en la escuela hasta a la persona sin hogar en la calle, aprenderá que así debe portarse.

2. Menciónelo cuando lo vea.

Cuando usted vea a otras personas portándose de manera respetuosa,

coménteselo a su hijo. “¿Viste cómo ese señor en el autobús le ofreció su silla a la anciana para que se sentara? ¡Qué gesto tan respetuoso!” No se necesita ningún sermón. Su hijo comprenderá el mensaje.

3. Elógielo cuando lo demuestre.

“Manuel, me sentí muy orgulloso de ti cuando le abriste la puerta a la Sra. Jones. Sé que ella quedó muy agradecida por tu ayuda”.

4. Corríjalo. Si su hijo comete un error, ayúdelo a corregirlo. “¿Te acuerdas de cuando hablamos sobre cómo tratar a los invitados?”

5. Comuníquelo lo que escucha. Si un maestro o un vecino le dice que su hijo lo saludó cortésmente, elogie a su hijo y dígame lo orgulloso está de la conducta respetuosa que exhibió.

Fuente: R.J.A. Silverman, “10 Tips on Teaching Respect to Children: You can’t get it if you don’t give it!” niswc.com/elem_respect.

¿Está disminuyendo la ansiedad de su hijo por los exámenes?



Algunos niños sienten un cosquilleo en el estómago antes de los exámenes. A otros niños les cunde el pánico. Responda *sí* o *no*

a las siguientes preguntas para ver si está ayudando a su hijo a sobrellevar la ansiedad por los exámenes:

1. **¿Ayuda** a su hijo a crear un plan de estudio en preparación para el examen?
2. **¿Ha hablado** sobre *sus* expectativas? Recuérdele que su amor por él no depende de sus calificaciones.
3. **¿Le ha enseñado** técnicas para tranquilizarse a su hijo? Puede ser respirar profundamente o contar al revés desde 100. Busque técnicas que le funcionen a su hijo.
4. **¿Anima** a su hijo a que hable con el maestro? Si está muy nervioso, su maestro lo podría tranquilizar diciéndole que está bien preparado.
5. **¿Lo anima** a que tenga conversaciones internas positivas? Cuando su hijo se atore durante un examen, puede decirse a sí mismo, “Yo sé esto. Ya me acordaré de la respuesta”.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, está ayudando a disminuir la ansiedad de su hijo por los exámenes. Para las respuestas *no*, pruebe esas ideas.

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 © 2016 NIS, Inc.

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

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

La autoestima lleva a calificaciones más altas y a una mejor asistencia



Los estudios revelan que cuando los niños participan en actividades extracurriculares estructuradas, es probable que sus calificaciones suban. También es probable que su asistencia mejore. ¿Por qué? Es posible que esté relacionado con la autoestima.

Los programas extracurriculares les dan a los niños oportunidades de lograr el éxito en diferentes actividades, y su sentimiento positivo del éxito puede trasladarse al salón de clase.

Para hacer lo mismo por su hijo durante las tardes en casa, concéntrese en:

- **La hora de la tarea.** Dígale que haga la tarea a la misma hora y en el mismo lugar los días de semana. Esto fomenta la independencia y la responsabilidad.
- **Las actividades académicas.** Incorpore las matemáticas, las ciencias, la historia y más en la vida cotidiana de su hijo. Ayúdelo

a administrar su mesada, por ejemplo. Hagan un experimento científico juntos. Visiten un sitio histórico, de ser posible. ¡Muéstrela a su hijo que el aprendizaje es divertido y útil!

- **Las actividades no académicas.** Cuando los niños logran avanzar en los deportes, las artes, la música, la tecnología y otras áreas, ganan confianza. Esto los ayuda a ser mejores estudiantes. Es importante apoyar y elogiar el trabajo arduo en todas áreas.
- **Establecer metas.** Pregúntele a su hijo qué le gustaría lograr tanto en la escuela como fuera de ella. Establezcan algunas metas razonables. “Quiero leer un libro de capítulos esta semana”. “Quiero construir un avión de modelo”. Ayúdelo a hacer un plan paso a paso hacia el éxito.

Fuente: “Academic achievement improved among students active in structured after-school programs,” SMU Research, nswc.com/elem_self-confidence.

Ayude a su hijo a comprender mejor el concepto de fracciones



Muchos niños tienen dificultades para aprender las fracciones. Pero, cuando sean adultos, deberán usarlas todos los días.

Cuando cocinen, medirán un cuarto de taza de agua. Y cuando salgan a comer con sus amigos, calcularán cuánto es un tercio de la cuenta.

Señalar todas las maneras en las que usted usa las fracciones ayudará a su hijo a comprender la importancia de este concepto matemático. Aquí hay otras cosas que pueden realizar en casa:

- **Vierta un puñado de cereal** en un recipiente plano. Para ilustrar el concepto de un cuarto, divida el montón en cuatro partes iguales. Vuelva a arreglar el montón para

ilustrar otras fracciones. Luego, desafíe a su hijo a que ilustre otras fracciones.

- **Usen tasas y cucharas para medir.** No existe ninguna manera más fácil de ver cuántas medidas de un tercio de tasa se necesitan para igualar una tasa. Deje que su hijo experimente para averiguarlo.
- **Utilice las fracciones con su hijo.** Un tercio de las habitaciones en nuestra casa tienen ventanas. La mitad de nuestros familiares cumplen años en octubre. Un quinto de los automóviles en esta calle son de color rojo.
- **Marque el transcurso del tiempo con fracciones.** Diga, “Si nos lleva 20 minutos ir a la casa de la abuela, ¿cuánto tiempo nos llevará llegar a la mitad del camino?”

P: Mi hijo nunca ha tenido muchos amigos. Pero había un niño en su clase que pasaba tiempo con él hasta recientemente. Este niño se ha cambiado a un nuevo grupo de estudiantes que se burlan de mi hijo.

Ahora mi hijo no quiere asistir a la escuela. No sé cómo lidiar con esta situación. ¿Debería llamar a la mamá del examigo y pedirle que hable con su hijo para que pare de molestar a mi hijo?

Preguntas y respuestas

R: Aunque quisiéramos que la escuela sea solo un lugar de aprendizaje, los expertos saben que también existe un aspecto social importante. Cuando la burla llega a un punto al que afecta las ganas de un niño de asistir a clase, es necesario tomar medidas.

Llamar a los otros padres casi nunca funciona y podría resultar en un mayor problema para su hijo. En lugar de esto:

- **Hable con el maestro.** ¿Ha observado que se burlan de él? Pídale ayuda para detener la burla e incluir a su hijo en las actividades de la clase.
- **Busque oportunidades** para que su hijo haga amigos fuera de la escuela. Piense en cosas como los niños exploradores u otras organizaciones juveniles. Algunas veces, el hecho de tener un ambiente estructurado facilita que los niños se lleven bien.
- **Averigüe sobre clubes y otras actividades en la escuela.** Relacionarse con estudiantes que compartan los mismos intereses, ya sea fabricar robots, jugar al ajedrez o cantar en el coro, podría ayudar a su hijo a encontrar a un grupo de amigos.

Si su hijo sigue pasando apuros, hable con su pediatra o el consejero de la escuela.

Enfoque: la tecnología

La seguridad en línea debe ser una prioridad en casa



La tecnología ha cambiado la manera en la que los estudiantes aprenden y socializan. Millones de niños de

todas las edades están en línea todos los días, en la casa, en la escuela, en las casas de los amigos, en la biblioteca, y muchos de ellos crean contenido en línea.

Para mantener a su hijo seguro en el mundo cibernético:

- **Hable de las reglas y expectativas.** Use un programa que ayude a proteger a los niños, pero supervise con cuidado, también. Solo deje que su hijo se comunique en línea con personas que ambos conocen.
- **Fije límites.** Establezca horas en las que no se permita la tecnología, como durante las comidas. Establezca una hora por la noche en la que se deban apagar todos los aparatos electrónicos.
- **Recuérdle a su hijo** que no divulgue información personal en línea, tal como su nombre, número de teléfono, escuela, claves o ubicación.
- **No permita que su hijo** tenga acceso a Internet en su cuarto. Solo deje que navegue en línea si usted puede ver lo que está haciendo.
- **Aprenda sobre los sitios web** que su hijo quiere visitar y las aplicaciones que quiere descargar. ¿Es su contenido adecuado?
- **Anime a su hijo** a que le avise si sucede algo inapropiado cuando está en línea. Comunique sus preocupaciones a las autoridades.
- **Infórmese más sobre la seguridad** en línea. Para más consejos, visite www.fosi.org (Family Online Safety Institute) y Netsmartz.org (National Center for Missing and Exploited Children).

Ayude a su escolar de primaria a evaluar la información en línea

Su hijo tiene que escribir un informe y quiere investigar en Internet. Aproveche esta oportunidad para enseñarle sobre algunas maneras seguras y confiables de realizar sus investigaciones:

- **Prepárese.** Busque sitios web en los que usted confía, como enciclopedias para niños. Anote las direcciones de internet seguras.
- **Supervise.** Siéntese frente a la computadora con su hijo. Busquen información juntos. Mientras escogen las fuentes, evalúenlas con cuidado. ¿Quién es el autor? ¿Por qué confiable?
- **Hablen.** Platiquen sobre lo que hace que un sitio sea legítimo. Por ejemplo, está administrado por una fuente confiable? ¿Termina la dirección con *.gov* o *.edu*? Estos sufijos indican afiliaciones gubernamentales o educativas.



- **Inspeccionen.** Vean con detalle la información en el sitio. ¿Cuándo se escribió o actualizó? ¿Representa hechos u opiniones? ¿Hace referencia a otras fuentes confiables? ¿Está diseñada para niños?
- **Pregunte.** Pídale al maestro que le sugiera sitios web. También puede revisar el sitio web de la escuela para encontrar enlaces recomendados por maestros.

Seleccione con anticipación sitios web apropiados para su hijo



“¿Puedo navegar en línea?” pregunta su hijo. Usted quiere decirle *sí*, pero no está seguro qué sitios son apropiados.

Es una buena idea visitar los sitios educativos cuando su hijo no esté cerca. Entonces, apunte los que sean aprobados por usted y visítelos juntos. Algunos que podría considerar incluyen:

- **Funbrain**, www.funbrain.com. Este sitio web contiene más de 100 juegos que promueven las habilidades de matemáticas, la lectura y el alfabetismo.
- **Time For Kids**, www.timeforkids.com. Su hijo puede leer sobre acontecimientos actuales y explorar los países de todo el

mundo. Incluso encontrará un asistente para la tarea, con herramientas como un creador de tarjetas didácticas, un asistente de gramática, y una caja de herramientas para escritores.

- **Starfall**, www.starfall.com. ¡La fonética es divertida cuando incluye el juego! Ya sea que a su hijo le gusten las tiras cómicas, los trabalenguas, las obras de teatro, las fábulas, u otros materiales de lectura, ¡en Starfall hay algo para todos!
- **PBS Kids Go!** Pbskids.org/go/games. Este sitio está repleto de juegos educativos, videos, y misiones protagonizadas por personajes de los programas de PBS.