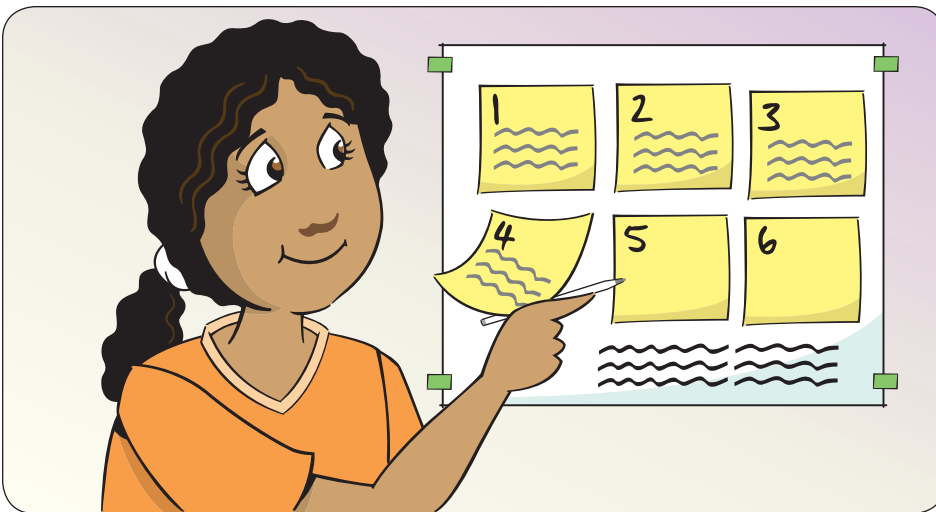


# Los Padres <sup>TM</sup>

Reference Copy Only  
Not for Reproduction or Distribution

*¡hacen la diferencia!*



## Ayude a su hijo a seguir estos pasos para lograr las metas que se trace

**E**l mes de enero brinda una oportunidad para reflexionar y establecer metas. La mayoría de las personas hacen algún tipo de propósito en Año Nuevo. Luego, después de dos semanas, muchas personas se dan cuenta de que no han cumplido con ellas. Con los niños sucede exactamente lo mismo.

¿Por qué no hace que este sea el año en que su hijo aprende a lograr las metas que se traza a sí mismo? Cuando su hijo establezca una meta, anímelo a que escoja una que pueda lograr a corto plazo.

Luego, ayúdelo a seguir estos cuatro pasos para lograr la meta:

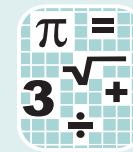
1. **Establezca la meta.** “Mi meta es aprender las tablas de multiplicación”. Debería entonces escribirla y colgarla en un lugar visible.
2. **Planifique cómo cumplir la meta.** “Haré tarjetas didácticas y las estudiaré durante 15 minutos todas las

noches. Le pediré a papá que me las pregunte los viernes”.

3. **Hable sobre la meta con los demás.** Hacer esto aumenta el compromiso con la meta. Su hijo debería también contarle a su maestro qué es lo que planifica hacer.
4. **Lleve a cabo todos los pasos del plan, uno por vez.** Si surgen problemas, hablen sobre posibles soluciones. Tal vez esté muy cansado a la noche cuando termina de hacer la tarea para poder repasar sus tarjetas. Quizás, en cambio, podría estudiarlas en la mañana mientras toma el desayuno.

No olvide elogiar a su hijo por sus esfuerzos en cada paso del camino. “Estoy orgulloso de ti porque estudiaste las tablas de multiplicación esta mañana”. Y cuando alcance su meta, ¡celebren el hecho de que su esfuerzo dio buenos resultados!

## Busque con su hijo líneas de simetría en la naturaleza



Si dobla una ilustración de una mariposa a la mitad, verá que los lados son exactamente iguales. Esto significa que las mariposas, como muchas otras cosas en la naturaleza, son simétricas.

Enseñarle a su hijo a buscar líneas de simetría es una manera estupenda de ayudarlo a reconocer patrones. También es una actividad divertida para hacer en familia que le puede brindar a su hijo una nueva manera de mirar a la naturaleza.

Aquí tiene cómo empezar:

- **Busquen objetos** en la naturaleza que sean simétricos. Las flores, hojas, conchas y mariposas podrían tener estas líneas.
- **Dígale a su hijo que prediga** dónde estará la línea de simetría. Luego, de ser posible, doble a lo largo de esa línea para ver si los dos lados coinciden exactamente.
- **Busque líneas de simetría** en otros lugares. Puede sugerirle a su hijo que hojee las páginas de una revista o libro. Recuerde que algunas líneas de simetría pueden ser verticales (como en la letra A) u horizontales como en la letra B). Algunas pueden ser incluso diagonales. A veces, una figura puede tener más de una línea de simetría.

## Pruebe esta estrategia para mejorar las conversaciones con su hijo



¿Está cansado de preguntarle a su hijo sobre la escuela y recibir respuestas muy cortas? Entonces, pruebe esta estrategia.

En vez de hacerle muchas preguntas a su hijo cuando llega a casa de la escuela, cuénteles primero cinco cosas sobre su propio día. Por ejemplo:

1. *He tenido un día muy ocupado.*
2. *Fui a la biblioteca en la mañana para sacar algunos libros.*
3. *Luego, almorcé con la abuela.*
4. *Ella y yo fuimos a comprar un regalo para Raquel.*
5. *Finalmente llegué a casa.*

Cuando haya terminado de hablar, diga “Cuéntame un poco sobre tu día”. Evite hacer preguntas que se puedan contestar con un simple *sí* o *no*. En lugar de esto, haga preguntas como “¿Cuál fue la mejor parte de

tu día?” o “Cuéntame sobre lo que aprendiste hoy”.

También puede usar esta estrategia para empezar conversaciones sobre la tarea. Si su hijo trae una ilustración de la escuela a casa, mírela y haga cinco observaciones sobre lo que ve. Comente sobre los colores. Diga lo que le gusta de ella. Dígale a qué le hace recordar, etc. Luego, pregúntele a su hijo, “¿Qué significa para ti?”

**“La capacidad de escuchar bien es un medio de comunicación y de influencia tan poderoso como lo es hablar bien”.**

—John Marshall

## Fomente la independencia cuando su hijo se siente a hacer la tarea



Suele comenzar con una pregunta sencilla, por ejemplo: “¿Cómo se deletrea *Illinois*?” Y antes de que usted se

dé cuenta, ha pasado los últimos 20 minutos respondiendo todas las preguntas de la tarea de su hijo.

Como parte de la tarea asignada, a su hijo se le pedirá con frecuencia que busque y aprenda hechos y acontecimientos. Es importante que usted lo anime a que haga esto por su propia cuenta. Para ayudarlo, siga estos consejos:

Primero, dígale a su hijo que tiene que intentar responder todas las preguntas de la tarea por su propia cuenta. Debería comenzar con las preguntas cuyas respuestas ya sabe, y saltar aquellas que le causan algún problema. Luego sugiérale que vuelva a pensar en las preguntas que no pudo responder la primera vez.

Entonces, y solamente entonces, su hijo debería pedir ayuda. Y cuando lo haga, tenga su meta en mente: usted no solamente quiere que su hijo responda correctamente, también quiere que aprenda *cómo* obtener la respuesta por sí mismo.

Imagine que su hijo le pregunta cómo se deletrea *Illinois*. En lugar de deletrearlo de inmediato, podría preguntarle, “¿Dónde podrías encontrar esa información?” Luego, saque el diccionario o un mapa y pídale a su hijo que busque la palabra *Illinois*. De esta forma, su hijo aprenderá que hay una “s muda” al final de la palabra y también aprenderá cómo utilizar un diccionario y un mapa.

Mostrarle a su hijo cómo buscar información por su propia cuenta es la manera más eficaz tanto para ayudarlo a aprender los hechos ahora como para prepararlo para que aprenda más en el futuro.

## ¿Le está enseñando a su hijo a lidiar con el fracaso?



Algunos padres quieren envolver a sus hijos en una burbuja protectora para que nunca tengan que experimentar el

fracaso. Otros saben que superar las desilusiones enseña lecciones valiosas.

¿Está ayudando a su hijo a aprender del fracaso? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

- \_\_\_ 1. ¿Le da a su hijo la oportunidad de resolver problemas por sí mismo en vez de ayudarlo inmediatamente?
- \_\_\_ 2. ¿Anima a su hijo a que piense en lo que podría hacer de manera diferente la próxima vez?
- \_\_\_ 3. ¿Es usted un modelo de conducta positiva? Cuando fracasa en algo, ¿habla de eso y de cómo arreglarlo?
- \_\_\_ 4. ¿Ayuda a su hijo a poner las desilusiones bajo la perspectiva adecuada? “No obtuviste una A, ¡pero sacaste una calificación más alta que la última vez!”
- \_\_\_ 5. ¿Le da un buen ejemplo a su hijo de cómo ser un ganador humilde y un buen perdedor?

**¿Cómo le está yendo?**

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, está ayudando a su hijo a aprender a lidiar con la desilusión. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

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 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2017 PaperClip Media, Inc.

Editor Responsable: L. Andrew McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella. Traductoras:

Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

# El autocontrol es la clave para mejorar la conducta de su hijo en la escuela



Todo el mundo quiere que los niños se porten bien en la escuela. Pero hoy en día, los padres y los maestros con frecuencia se preocupan por la falta de autodisciplina de los estudiantes.

Cuando las lecciones de la clase se interrumpen constantemente por estudiantes que se portan mal, nadie puede aprender. Los estudiantes necesitan un entorno tranquilo y organizado para aprender.

Recuerde: los hábitos positivos comienzan en casa. Para ayudar a su hijo a adquirir autocontrol:

1. **Repase las reglas** y los reglamentos de la escuela. Hable sobre ellos

con su hijo y procure apoyarlos siempre.

2. **Permita que su hijo** experimente las consecuencias de sus acciones. No salga corriendo a rescatarlo.
3. **Hable con los maestros** sobre cómo se comporta su hijo en la escuela.
4. **Hable con su hijo** de la importancia de la autodisciplina tanto en casa como en la escuela.
5. **Muestre respeto** hacia su hijo. Esto le enseñará a respetarse a sí mismo y a los demás.
6. **Fomente la independencia.** Deje que su hijo participe a la hora de tomar las decisiones que afecten su vida.

# Usted puede ayudar a su hijo a adquirir habilidades de liderazgo



Algunos niños parecen haber nacido con el don de liderazgo, pues disponen de la autoconfianza, el deseo de ayudar y la amabilidad que hacen que otras personas deseen trabajar con ellos.

Pero todos los niños, ya sea que nazcan con el don de liderazgo o no, tienen la capacidad de *convertirse* en líderes. Aquí tiene algunas maneras en las que usted puede ayudar a su hijo a adquirir habilidades de liderazgo:

- **Señale a los líderes en las noticias.** Cuando estén viendo un programa sobre un equipo de fútbol que ganó o un esfuerzo comunitario para construir un parque, ayude a su hijo a ver que alguien fue el líder del grupo. Hable de las cualidades que reúne un buen líder.
- **Sea un líder usted mismo.** Los niños de la primaria quieren ser como sus padres. Cuando usted asume una función de liderazgo, ya sea en la escuela, en el trabajo o en la comunidad, cuénteles a su hijo sobre lo que está haciendo y por

qué. “Me ofrecí a ayudar a recaudar fondos en la escuela porque quiero que todos los salones de clase tengan más computadoras”.

- **Enséñele a su hijo** a ver las situaciones desde el punto de vista de otros. Los buenos líderes no son exigentes, sino que hacen que las personas *quieran* trabajar juntas.
- **Busque oportunidades** de liderazgo. Los niños pueden practicar cómo desempeñarse como líderes en las iglesias, los clubes, los grupos scouts, los equipos deportivos y muchas otras organizaciones. Las reuniones en familia son otra buena manera de fomentar el liderazgo en casa. Permita que sus hijos se turnen para dirigir las reuniones y los proyectos en familia.
- **No presione.** Presionar a un niño más allá de sus capacidades destruirá su autoestima, en lugar de desarrollarla. Si su hijo parece estar estresado o triste, es hora de disminuir la presión.

**Fuente:** L. Balter, *Child Psychology: A Handbook of Contemporary Issues*, Psychology Press.

**P:** Mi hijo obtiene calificaciones promedio, pero sé que podría rendir mejor. Algunos padres les pagan a sus hijos por sus buenas calificaciones. ¿Es esto algo que debería considerar hacer?

## Preguntas y respuestas

**R:** Los padres quieren que sus hijos rindan su máximo potencial en la escuela, y siempre buscan maneras eficaces para motivarlos a alcanzar el éxito. Pero la mayoría de los expertos están de acuerdo en que pagar a los niños por obtener buenas calificaciones es una mala idea. Aquí tiene tres razones.

Pagar por las calificaciones:

1. **No permite que su hijo** sienta la satisfacción de aprender. Los niños no necesitan sobornos para *querer* aprender. A los niños les encanta aprender por naturaleza. A medida que van dominando habilidades nuevas o memorizando hechos nuevos, ellos adquieren autoestima y autoconfianza. Sin embargo, si usted le paga a su hijo por las calificaciones, corre el riesgo de *disminuir* su autoconfianza.
2. **No reconoce el esfuerzo.** Su hijo debería concentrarse en rendir su máximo potencial. Si esforzó mucho, ni usted ni él deberían preocuparse demasiado por si saca una A o una B. Lo que importa es que aprenda.
3. **Disminuye la motivación.** Los niños que reciben dinero por hacer algunas cosas terminan esperando que se les pague por todo. Dentro de poco, su hijo extenderá la mano cada vez que le pida que haga algo, desde cortar el césped hasta sacar la basura y darle de comer al perro. Entonces, ¿qué puede hacer para que su hijo suba sus calificaciones? Ayúdelo a concentrarse en lo que está aprendiendo. Ayúdelo a llevar cuenta de sus nuevas habilidades. ¡Y elógielo por su esfuerzo y por rendir lo mejor que puede!

# Enfoque: la lectura

## Dé el ejemplo para fomentar la afición de su hijo por lectura



Los niños que ven a sus padres leyendo con frecuencia están más motivados a leer ellos mismos. Para mostrarle a su hijo que la lectura es importante para usted:

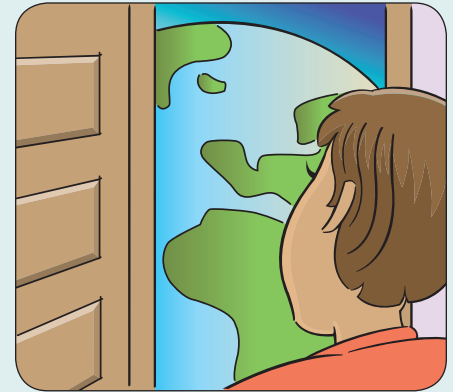
- **Deje que él lo vea** a usted leer todos los días. Tome el periódico, un libro o una revista. Su hijo verá que usted desea leer, y eso hará que él también quiera leer.
- **Dígale por qué está leyendo**, ya sea para conseguir información o para verificar algo que piensa que ya sabe. O podría estar leyendo solo por placer.
- **Use el diccionario** si encuentra alguna que no conoce. Pregúntele a su hijo si él sabe el significado de la palabra.
- **Léale en voz alta**. Cuando vea algún artículo que considera que podría interesarle a su hijo, léale un fragmento en voz alta. Esto podría motivarlo a terminar de leer el artículo por su propia cuenta.
- **Utilice su credencial** de la biblioteca. Cuando lleve a su hijo a la biblioteca, busque algún libro para usted.
- **Únase**. Cuando vea que su hijo está leyendo, busque algo para leer usted mismo y prepare un bocadillo para compartir con él.
- **Regale libros**. Para demostrarle a su hijo que los libros son especiales, úselos como regalo. Anime también a su hijo a regalarles libros a sus amigos para las ocasiones especiales.
- **Pídales a sus familiares** que también apoyen el hábito de leer de su hijo. Podrían grabarse a sí mismos leyendo un libro para que su hijo escuche el audio después.

## ¡Muéstrela a su hijo que la lectura se relaciona con muchísimas cosas!

La lectura abre la puerta a un mundo de información y placer. Esta es la razón por la que es muy importante que ayude a su hijo a comprender el valor de la lectura y que está relacionada con muchísimas cosas en su vida y en el mundo.

La lectura es fundamental para:

- **Conseguir información.** Las personas aprenden las reglas, instrucciones, hechos y demás cosas leyendo. Pídale que su hijo le lea una receta mientras usted cocina. Lea un manual en voz alta que explique cómo armar algo. Desafíe a su hijo a que lea para buscar las respuestas a preguntas como, “¿Cómo puedo quitar esta mancha de césped de la camisa?”
- **Comunicación.** Hable con su hijo sobre las maneras en que la lectura lo ayuda a comunicarse con otros: por medio del correo, correo electrónico, mensajes de



texto y notas. Luego, sugiérale a su hijo que intercambie cartas con un amigo que viva lejos. O podría escribirle un correo electrónico a un político sobre un asunto que le importe.

- **Placer.** Ayude a su hijo a establecer una rutina de lectura relajante para el final del día. Y ayúdelo a buscar libros que lo hagan reír o que lo lleven en una aventura emocionante.

## Procure incluir la lectura en los propósitos de Año Nuevo



El nuevo año calendario brinda la oportunidad de pensar en el pasado y establecer metas para el futuro. ¡Esto incluye las metas de lectura!

Con su hijo, reserve tiempo para:

- **Repasar historias o libros** favoritos del año pasado. Si los libros están a mano, mírenlos juntos. Pídale a su hijo que escoja sus tres favoritos. Pregúntele, “¿Cuál fue la mejor parte de este cuento? ¿Por qué?” O, “¿Cuál es tu ilustración favorita de este libro?”
- **Hablar sobre los planes de lectura** futuros. ¿Cuánto tiempo le están

dedicando a leer por placer los miembros de su familia? ¿Existen maneras en las que usted y su hijo puedan mejorar sus hábitos de lectura? Juntos, escriban cualquier idea o meta que tengan. Péguenlas en un lugar donde ambos las vean con frecuencia.

- **Planificar leer material nuevo.** Sugíerale a su hijo que, además de leer libros, también lea revistas, periódicos, libros de recetas, catálogos, etc. Es decir, ¡ánimelo a leer cualquier tipo de material que esté al alcance de sus manos!