

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Diciembre 2025

Prince William County Schools

Ayude a su escolar de primaria a desarrollar la fluidez en matemáticas

La fluidez en matemáticas es similar a dominar un idioma. Los estudiantes con fluidez en matemáticas saben que $2 + 2 = 4$ sin pensarlo, al igual que saben que "Hola" es un saludo. Recordar operaciones matemáticas automáticamente le permite a su niño centrarse en aspectos más complejos de la resolución de problemas.



Para fortalecer la fluidez en matemáticas de su niño:

- **Use elementos para contar.** Las cosas pequeñas, como las judías secas o los botones, ayudan a los estudiantes a "ver" los números y los procesos. Su niño puede colocar varias monedas en un vaso, darlo vuelta y contar las que caigan en "cara" y las que caigan en "cruz". Luego, pídale que sume el número de caras al número de cruces, o que reste el número de caras del número total de monedas.
- **Jueguen a Guerra matemática.** Saque las cartas con figuras de una baraja y reparta el resto de las cartas boca abajo. Cada jugador deberá dar vuelta dos cartas. Para la Guerra de suma, cada jugador suma los números en sus cartas, y el que tiene el total más alto gana todas las cartas. Para la Guerra de resta, cada jugador resta el número más bajo del número más alto, y el que tiene la diferencia más alta gana las cartas.
- **Escoja un número,** como una fecha. Pídale a su niño que piense en todas las operaciones de suma y resta como sea posible que equivalgan a ese número. El día 15, su niño podría pensar en $20 - 5$, $7 + 8$ y $10 + 15$.

Fuente: N.M. McNeil y otros, "What the Science of Learning Teaches Us About Arithmetic Fluency," *Psychological Science in the Public Interest*, Sage Journals.



Aprendan divirtiéndose este invierno

La idea de tener días libres durante las vacaciones escolares puede inspirar alegría en los estudiantes, y un ligero pánico en sus familias. Para evitar escuchar a su niño decir "Estoy aburrido", planifique actividades divertidas que promuevan el aprendizaje:

- **Ofrézcanse como voluntarios** en familia. Desvíe la atención de su niño de los "yo quiero" hacia ayudar a otros que son menos afortunados.
- **Cocinen.** Ayude a su niño a preparar comidas que le recuerden a su propia infancia. Comparta sus recuerdos.
- **Lean y miren la película.** Escoja un libro que se haya convertido en una película. Léanlo juntos, y luego miren la película. Hablen sobre en qué se asemejan y en qué se diferencian.
- **Explore la historia.** Ayude a su niño a entrevistar a familiares (incluso a usted) sobre la vida en el pasado. Armen una lista de preguntas, como "¿Cómo era la escuela cuando tenías mi edad?" y "¿Cuáles eran las tendencias populares en ese entonces?" Díglele a su niño que grabe o escriba las conversaciones.

La amabilidad empodera

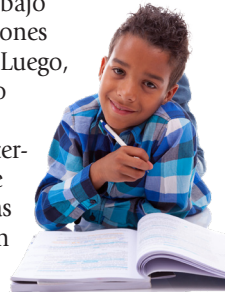
Es cierto que los niños no siempre son amables. Pero su niño no tiene por qué aceptar la falta de amabilidad como algo normal. Hablen sobre maneras de responder si se trata a un compañero de clase de manera poco amable. Luego, rete a su niño a hacer al menos una cosa amable por un compañero todas las semanas. Explique que si su niño tiene el poder de hacer una diferencia.



Dígale 'no' a hacer múltiples tareas en simultáneo

No es posible concentrarse en muchas cosas a la vez. Las investigaciones muestran que cuando los estudiantes hacen varias tareas en simultáneo, sus mentes cambian rápidamente de una tarea a otra sin concentrarse en ninguna.

Cuando su niño haga trabajo escolar, elimine las distracciones en la medida de lo posible. Luego, ayúdelo a programar tiempo para hacer tareas de manera consecutiva, en lugar de hacerlas al mismo tiempo. Limite las tareas en simultáneo a las actividades que no requieren atención, como comer un bocadillo mientras habla.



Fuente: C. Kubu, Ph.D. y A. Machado, MD, "The Science is Clear: Why Multitasking Doesn't Work," Cleveland Clinic.

Marque las responsabilidades

Las listas de verificación son herramientas útiles que pueden ayudar a su niño a acordarse de cumplir con sus responsabilidades sin que se lo tengan que recordar. Siéntense juntos y hagan una lista de responsabilidades que su niño esté listo para hacer de forma independiente. Aquí hay una lista inicial que podría adaptar:

- **Despertarse a la hora correcta.**
- **Hacer el trabajo escolar.**
- **Leer al menos 20 minutos por día.**
- **Ocuparse de su higiene personal.**

Acuerden las consecuencias de eludir las responsabilidades. ¡Y asegúrese de elogiar a su niño cuando haga bien su trabajo!



¿Cómo puedo enseñarles a mis niños a ser justos?

P: Mis niños son tan competitivos que resulta problemático. Mi niño menor llora cuando pierde, y el mayor a veces hace trampa cuando me doy vuelta. ¿Cómo puedo enseñarles a ser buenos jugadores?

R: Ya sea que los niños compitan en juegos, en el salón de clase o en la vida, necesitan aprender a jugar limpio y aceptar los resultados. Para ayudar a sus niños a aprender estas lecciones:

- **Explique que el juego limpio es importante.** Deje claro que espera que sigan las reglas y sean corteses con sus oponentes, ganen o pierdan.
- **Establezca límites de tiempo.** Establezca un límite de tiempo para dejar de jugar y ponga un cronómetro antes de que comience el juego. Cuando suene la alarma, se termina el juego.
- **Sea amable al corregir** a sus niños por hacer algo incorrecto. Simplemente explique qué debería hacer el jugador en su lugar.
- **Desaliente la trampa.** Repase las reglas al comienzo del juego. Si un niño intenta hacer trampa, simplemente repita las reglas. La segunda vez, diga con calma "Si no seguimos las reglas, las personas se enfadan. Si vuelve a suceder, se termina el juego".
- **Rechace las burlas.** Cada golpe, burla o comentario desagradable le cuesta al jugador una falta. Si un jugador suma cinco faltas, queda descalificado.



Cuestionario Para Padres

¿Le está enseñando a su niño a avanzar?

Todos los estudiantes se desilusionan de vez en cuando. Se cancelan eventos, se pierden partidos, los amigos se distancian. ¿Está ayudando a su niño a aprender a avanzar después de una desilusión? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Ayuda** a su niño a ver qué puede cambiarse y qué no? "No puedes cambiar el clima. Pero puedes cambiar tus planes".
2. **¿Hablan** sobre lo que se puede aprender de los errores? "La próxima, puedes comenzar a estudiar unos días antes".
3. **¿Explica** a su niño que está bien expresar los sentimientos, pero que no está bien enfadarse?
4. **¿Le enseña** a su niño a esperar lo inesperado y a responder de maneras positivas?
5. **¿Ayuda** a su niño a hacer una lluvia de ideas de próximos pasos?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está ayudando a su niño a lidiar con las desilusiones. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

"Tal vez no puedas controlar todos los acontecimientos que te suceden, pero puedes decidir no dejar que te afecten".
—Maya Angelou

Hable con su niño sobre el comportamiento respetuoso

Cuando los niños se comportan de manera respetuosa con los maestros, compañeros de clase y personal de la escuela, ayudan a crear el entorno académico positivo que todos los estudiantes necesitan para aprender. Recuérdele a su niño que es importante:

- **Ser cortés con todos.**
- **Levantar la mano** y esperar a que lo llamen, y evitar interrumpir a otros.
- **Escuchar al maestro** o a los compañeros de clase cuando hablan.
- **Aceptar los comentarios constructivos** del maestro de manera educada. Los maestros señalan los errores para que los estudiantes puedan aprender de ellos.

Jueguen con la puntuación

La puntuación hace que los textos sean más fáciles de leer y comprender. Esta es una manera divertida de transmitirle este concepto a su niño y, al mismo tiempo, practicarlo:

1. **Escriba un cuento** y elimine la puntuación.
2. **Pídale a su niño** que lo lea en voz alta. ¡Es difícil!
3. **Editén el cuento** y añadan la puntuación de manera que sea más fácil (o divertido) de leer. Hablen sobre por qué eligen (o no eligen) determinados signos de puntuación. Luego, deje que su niño que escriba un cuento para que usted puntúe.



Deje que su niño enfrente situaciones primero

Los estudiantes desarrollan habilidades y confianza cuando aprenden a hacer cosas por sí mismos. Permítale a su niño tomar las riendas:

- **Al abordar la confusión** sobre el trabajo escolar o las calificaciones. Pídale a su estudiante que hable con el maestro sobre ello antes de intervenir.
- **Al resolver problemas menores** con sus compañeros. Hable con su niño sobre las cosas que puede hacer.

Si los problemas persisten o son graves, como el acoso escolar, póngase en contacto con la escuela de inmediato.

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.com2