

Cómo ayudar a que sus hijos aprendan más

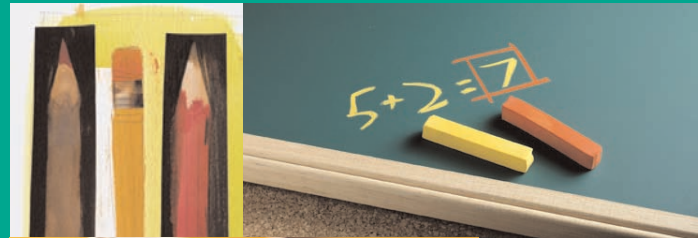
Cómo ayudar a que sus hijos aprendan más

Genere una rutina familiar

Tener una rutina familiar puede hacer que las vidas agitadas sean más fáciles de controlar. También brinda a su hijo(a) la estabilidad que tanto necesita. Intente fijar momentos para comer en familia, un horario de estudio para su hijo(a), momentos de juego y un momento en el que puedan leer juntos. Establecer una rutina podría llevarle tiempo pero estará construyendo una estructura para su hijo(a) que puede ayudarlo(a) a aprender el valor de la autodisciplina y la administración del tiempo.



Cuando las familias y el personal escolar trabajan en conjunto, los niños salen ganando.



Cómo ayudar a que sus hijos aprendan más

Todos los padres desean asegurarse de que sus hijos aprendan lo más que puedan. Los maestros trabajan duramente durante el día escolar para proporcionarle a los niños las herramientas que necesitan para lograrlo. Pero los padres desempeñan una función clave para ayudar a que sus hijos aprendan lo máximo que puedan. Estas son algunas de las herramientas sencillas que los padres pueden utilizar para complementar el aprendizaje de sus hijos.

Los niños sanos están listos para aprender.

Asegúrese de que su hijo(a) obtenga el descanso que necesita. De lo contrario, estará demasiado cansado(a) para aprender y probar cosas nuevas. Fije un horario para acostarse que sea razonable. Si no sabe cuál es el horario adecuado, hable con la maestra de su hijo(a) o la enfermera de la escuela. Si se trata de niños mayores, inclúyalos en la toma de decisiones y hágalos responsables de cumplir diariamente con su horario para acostarse.

Asegúrese de que sus hijos ingieran una dieta nutritiva y equilibrada. Los estudios han demostrado que una dieta saludable ayuda a los niños a concentrarse mejor en la escuela y a aprender más. De hecho, muchas escuelas están eliminando los tentempiés dulces y las bebidas gaseosas de las máquinas expendedoras en un esfuerzo por ofrecer alternativas más saludables.

Haga de las comidas un momento de reunión familiar. La cena o el almuerzo en familia son excelentes oportunidades para dejar que su hijo(a) se destaque y hable sobre su día en la escuela y las cosas nuevas que está aprendiendo. Pregúntele a su hijo(a): “¿Qué hiciste hoy en la escuela?” Si él o ella contesta: “Nada”; no se dé por vencido. Haga preguntas específicas sobre temas y acontecimientos diversos.

Mande a sus hijos a la escuela con vestimenta limpia y adecuada. No es necesario que vistan a la última moda pero cuanto mejor se sientan con ellos mismos, mejor se sentirán respecto a su trabajo escolar. La vestimenta no debe ser nunca una distracción.

Asegúrese de que sus hijos reciban las vacunas que necesitan. La enfermera de la escuela puede proporcionarle esta información. Los controles médicos periódicos también son importantes. Una simple vacuna o control médico podría evitar enfermedades, y días de clase perdidos.

Aprender en el hogar puede ser divertido para toda la familia.

Los niños están aprendiendo permanentemente y pueden hacerlo en muchos lugares y de diversas formas. Si bien la escuela es una de sus principales fuentes de educación, las cosas que aprenden en el hogar son igual de importantes para su desarrollo. Como padre, usted tiene la oportunidad de marcar una gran diferencia sobre cómo y cuán bien aprenden sus hijos.

Estimule a sus hijos a realizar proyectos en el hogar con usted u otros niños. Aprenderán a cooperar y mejorarán sus habilidades sociales.

Elija actividades y juguetes educativos y seguros que se ajusten a su nivel de desarrollo.

Juegue con ellos: en especial, incluya juegos con valor educativo, como juegos con números, juegos de adivinanzas o de palabras. Puede organizar noches de entretenimiento en familia y dejar que sus hijos se turnen para elegir los juegos.

Consulte a la maestra de su hijo(a) o bibliotecaria de su escuela sobre libros y revistas adecuados para la edad de su hijo(a). Incentive a su hijo(a) a leer reservando tiempo para leer juntos un libro todas las noches. Incluso los niños mayores puede beneficiarse de los momentos de lectura en familia.

Los viajes en familia y las vacaciones son fascinantes formas de aprender

Visite lugares de interés como museos, zoológicos, bibliotecas, sitios históricos y parques, y hable sobre estos lugares con sus hijos. Incluya lugares nuevos como el océano, las montañas, las ciudades, la granja, el teatro, cualquier cosa que sea diferente de lo que el niño ve en el hogar o en la escuela.

Una de las mejores características de Nueva Jersey es su diversidad geográfica. En unas pocas horas, los habitantes de las ciudades pueden conocer las áreas rurales del estado y viceversa. Además, es posible ver bosques, montañas y playas, y todo sin necesidad de salir de los límites del estado. Hay un sinnúmero de oportunidades para explorar.

Aliente a sus hijos a ayudarlo a planificar un itinerario. Converse sobre cuánto se debería incluir en el presupuesto para gasolina, peajes, comidas y actividades a realizar en su lugar de destino. Obtenga un mapa para cada miembro de la familia: el antídoto perfecto para el síndrome “¿falta mucho para llegar?”.

Permita que su hijo(a) saque fotografías o junte recuerdos durante el viaje y aliéntelo(a) a que arme un álbum de recortes al finalizar el viaje. Esto no sólo ayudará a su hijo(a) a revivir los recuerdos sino que también será una forma creativa de coronar la experiencia.

Su participación en la educación de su hijo(a) refuerza el trabajo que la maestra realiza en el aula. Una actitud de participación, compromiso e interés por parte de los padres ayuda a que los niños aprovechen al máximo su educación. Y cuando las familias y el personal escolar trabajan en conjunto, los niños salen ganando.

