

Helping Children Learn[®]

Tips Families Can Use to Help Children Do Better in School

Rowan-Salisbury Schools



September 2021

Start your student on the path to learning independence

Parents often want to know the best ways to help their children with schoolwork. One of the most important things you can do is to teach your child to become an independent learner.

Elementary schoolers are often assigned to solve problems and find and study facts. As they do this work, they practice their skills and reinforce their knowledge. To support your child's effort, first have him:

- 1. Try to answer** all the questions by himself. He should start with the ones he knows the answers to, and skip over any that give him problems.
- 2. Go back and think** again about the questions he couldn't answer the first time around.



Only after he does this should your child ask you for help. If he does, remember that your goal is not just for him to put down the right answer. You want him to learn how to get the right answer for himself.

So if your child asks you how to spell *constitution*, don't rattle off the spelling. Instead, ask, "Where could you find that?" Point him to a dictionary or his social studies packet. Demonstrating how to find information not only helps him learn facts now, it also prepares him to learn more in the future.



Set up a system of routines to help your child get organized for school

The responsibilities of school this year will be easier for your child—and your family—to manage when you establish some basic routines and habits.

Start the year off on the right foot with these strategies:

- **Prepare in advance.** Use time in the evening to help your child prepare for the next day. You can review school communications, help your child collect and organize materials she needs for school, and agree on outfits.
- **Create a morning checklist.** Doing the same things in the same order each morning makes it less likely that your child will forget a step.
- **Schedule daily study time.** Pick a time when your child will have the most energy and motivation to do schoolwork.
- **Help your child** use tools like calendars and reminder lists to make sure she has what she needs when and where she needs it.

Attendance is essential

Learning loss during the pandemic is a top concern for families and schools. Teachers will do everything possible this year to help students learn and master the skills they need. Your help ensuring your child's daily attendance is critical—whether learning is in person or online. Contact your child's teacher or the school counselor if you need help resolving attendance issues.

Read and talk about words

Reading aloud to your child exposes him to vocabulary he might not get otherwise. This helps strengthen his reading comprehension. When you read aloud:

- **Define unfamiliar words.** Can your child think of words with similar meanings?
- **Give examples** of how a word's meaning can change depending on how it is used. *Sign* can be a noun (stop *sign*) or a verb (*sign* your name).



Tap out sounds of science

Experiencing science with their senses can boost students' interest in it. Here's a teacher-recommended way to help your child *hear* some science:



- 1. Find a few long, flat surfaces** around your home—a wall, a railing, the floor. Ask your child to guess which material will conduct sound the best.
- 2. Have her put** her ear on one surface.
- 3. Tap a coin steadily** on the surface as you move farther away from your child.
- 4. Repeat** with the other surfaces.

Did you get farther apart on one surface than another before the tapping sound grew faint? Which one transmitted sound best?

Source: P. Barnes, "Low-Tech Scientific Exploration for Students at Home," Edutopia.



How can I make it easier for my child to make friends?

Q: My first grader is very shy and doesn't make friends easily. I want her to have school friends so she'll like school. How can I help her feel more comfortable doing that?

A: Some children have lots of social self-confidence. Others do not. Pandemic precautions may make approaching classmates seem more intimidating. While you can't change your child's personality, you can build her confidence when interacting with others.

To help your child practice social skills:

- **Rehearse things to say.** Say, "Let's pretend you're at recess. Arely and Emily are playing a game you'd like to join. What could you say?" At first, pretend to be your child and let her pretend to be another child. Then switch roles. If your child is learning virtually, role-play things she could say to classmates during an online break. "I like your unicorn shirt. Do you like ponies, too?"
- **Read about friends** together. Talk about what good friends do—and don't do. As your child thinks about what makes a good friend, she can start to look for someone in her class who seems to fit the bill.
- **Use her interests.** Does your child like art? Sports? Look for in-person or online activities, classes or teams that may be available in your area. Practicing skills she enjoys with kids who enjoy them too can make it easier to make friends. Success will give her confidence she can apply in school.



Are you instilling resilience in your child?

Some parents want to protect their children so they never have to experience difficulties or failure. But overcoming challenges teaches valuable lessons. Are you helping your child develop resilience? Answer *yes* or *no* below:

- 1. Do you discuss** the fact that unexpected things happen? Do you talk about positive ways to react when they do?
- 2. Do you allow** your child time to solve some problems himself before offering help?
- 3. Do you provide** perspective when your child is disappointed? "You didn't get an A, but you earned a higher grade than last time!"
- 4. Do you encourage** your child to think about what to do differently next time?
- 5. Do you model** resilience when things go wrong for you?

How well are you doing?

More yes answers mean you are helping your child cope with setbacks and move forward. For each no, try that idea.

"Challenges are what makes life interesting and overcoming them is what makes life meaningful."

—Joshua J. Marine

10 things to do together when you have 10 minutes

Engaging often in your child's education is important. But it doesn't always have to take a lot of time. In 10 minutes you can:

- 1. Listen** and respond when your child talks about school.
- 2. Help** your child study spelling or math facts.
- 3. Share** a favorite poem or song.
- 4. Look up** a word in the dictionary.
- 5. Talk** about the daily news.
- 6. Find** places in the news on a map.
- 7. Review** your child's assignments.
- 8. Practice** a tongue twister.
- 9. Observe** an animal or bird in nature.
- 10. Make up** a silly story.



Stick to a sleep schedule

Lack of sleep affects your child's ability to plan, solve problems, control mood and behavior, focus and pay attention, and retain information—all vital school skills.

Elementary students need nine to 12 hours of sleep each night to do their best. Now is the time to establish an evening routine that helps your child relax and get to sleep in time to get the rest needed to learn.

Source: "Healthy Sleep Habits: How Many Hours Does Your Child Need?" American Academy of Pediatrics.

Expect respectful behavior

It's true no matter what format classes take: Respectful behavior helps teachers teach and students learn. Talk with your child about the importance of:

- **Speaking politely**—raising a hand to be called on and listening to others.
- **Following directions**—paying attention, turning in work on time.
- **Accepting feedback** in a positive way.

Helping Children Learn®

Published in English and Spanish, September through May.

Publisher: Doris McLaughlin.

Publisher Emeritus: John H. Wherry, Ed.D.

Editor: Alison McLean.

Production Manager: Sara Amon.

Translations Editor: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, The Parent Institute®, a division of PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1013

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Septiembre 2021

Rowan-Salisbury Schools

Inicie a su hijo en el camino hacia la independencia

Con frecuencia, los padres quieren saber cuáles son las mejores maneras de ayudar a sus hijos con el trabajo escolar. Una de las cosas más importantes que usted puede hacer es enseñarle a su hijo a convertirse en un estudiante independiente.

A los escolares de primaria se les suele pedir que resuelvan problemas y busquen datos de estudio. Mientras hacen este trabajo, practican sus habilidades y refuerzan sus conocimientos. Para apoyar el esfuerzo de su hijo, primero díglele que:

- 1. Trate de responder** todas las preguntas por sí mismo. Debería comenzar con las respuestas que sabe, y saltarse las que le generen problemas.
- 2. Vuelva y piense** de nuevo en las preguntas cuyas respuestas no sabía inicialmente.

Solo después de hacer esto su hijo debería pedirle ayuda a usted. Si lo hace, recuerde que su objetivo no es que él simplemente escriba bien la respuesta. Usted quiere que aprenda cómo obtener la respuesta correcta él mismo.

Por eso, si su hijo le pregunta cómo se escribe *constitución*, no le diga la respuesta de inmediato. En cambio, pregúntele, “¿Dónde podrías encontrarlo?” Señale un diccionario o sus materiales de estudios sociales. Mostrarle cómo encontrar información no solo lo ayuda a aprender datos ahora, sino que lo prepara para aprender más en el futuro.



La asistencia es esencial

La pérdida de aprendizaje durante la pandemia es una de las principales preocupaciones para las familias y escuelas. Este año, los maestros harán lo posible para ayudar a los estudiantes a aprender y dominar las habilidades que necesitan. Su ayuda para garantizar la asistencia diaria de su hijo es fundamental, ya sea que aprenda de manera presencial o virtual. Contáctese con el maestro o el consejero escolar de su hijo si necesita ayuda para resolver cuestiones de asistencia.

Lea y hable sobre las palabras

Leerle en voz alta a su hijo lo expone a vocabulario que podría no aprender de otra manera. Esto lo ayuda a fortalecer la comprensión lectora. Cuando lea en voz alta:

- **Defina las palabras** desconocidas. ¿Puede su hijo pensar otras con significados similares?
- **Dele ejemplos** de cómo el significado de una palabra puede modificarse según su uso. *Alta* puede ser un sustantivo (*alta médica*) o un adjetivo (*persona alta*).



Escuchen las ciencias

Experimentar las ciencias con los sentidos puede aumentar el interés de los estudiantes. Aquí tiene una sugerencia de los maestros para ayudar a su hijo a *escuchar* las ciencias:



- 1. Busque algunas superficies** largas y planas en su casa, como una pared, una baranda o el piso. Díglele a su hijo que adivine qué material conducirá mejor el sonido.
- 2. Díglele que apoye** su oreja en una de las superficies.
- 3. Golpee la moneda** de manera continua a medida que se aleja de su hijo.
- 4. Repítanlo** con las otras superficies.

¿Llegó hasta más lejos en una superficie que en otra antes de que el sonido de la moneda se atenuó? ¿Cuál transmitió mejor el sonido?

Fuente: P. Barnes, “Low-Tech Scientific Exploration for Students at Home,” Edutopia.



Establezca un sistema de rutinas para ayudar a su hijo a organizarse

Las responsabilidades escolares este año serán más fáciles de manejar para su hijo —y para su familia— si establecen algunas rutinas y hábitos básicos.

Comiencen bien el año con estas estrategias:

- **Prepárese con anticipación.** Destine tiempo por la noche a ayudar a su hijo a prepararse para el día siguiente. Puede revisar los comunicados de la escuela, ayudar a su hijo a juntar y organizar los materiales que necesita para el día siguiente y seleccionar la ropa.
- **Haga una lista de control** matutina. Hacer las mismas cosas en el mismo orden todas las
- mañanas hace que sea menos probable que su hijo se olvide un paso.
- **Programe un tiempo de estudio** diario. Escoja la hora en la que su hijo tenga más energía y esté más motivado para hacer el trabajo escolar.
- **Ayude a su hijo** usar herramientas como calendarios y listas de recordatorio para verificar que tenga lo que necesita en el momento y en el lugar donde lo necesita.



¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a hacer amigos?

P: Mi hijo de primer grado es muy tímido y no entabla amistades con facilidad. Quiero que tenga amigos en la escuela para que le agrade asistir a ella. ¿Cómo puedo ayudarlo a sentirse más cómodo al hacerlo?

R: Algunos niños tienen mucha confianza a nivel social. Pero otros no. Las precauciones por la pandemia podrían hacer que el acercamiento a los compañeros de clase sea más intimidante. Si bien usted no puede cambiar la personalidad de su hijo, sí puede desarrollar su confianza al interactuar con otros.

Para ayudar a su hijo a practicar sus habilidades sociales:

- **Practiquen cosas para decir.** Diga, "Finjamos que estás en el recreo. Juana y Matilda están jugando a un juego y quieres sumarte. ¿Qué podrías decir?" Primero, finja ser su hijo y deje que él finja ser otro niño. Luego intercambien roles. Si su hijo está aprendiendo de manera virtual, practiquen cosas que les podría decir a sus compañeros durante los descansos virtuales. "Me agrada tu camisa de unicornios. ¿A ti también te agradan los ponis?"
- **Lean sobre la amistad.** Hablen sobre lo que hacen los buenos amigos, y lo que no hacen. Mientras su hijo piensa en qué caracteriza a un buen amigo, puede comenzar a pensar en alguien de su clase que parezca encajar en ese perfil.
- **Use sus intereses.** A su hijo, ¿le agrada el arte? ¿Los deportes? Busque actividades, clases y equipos presenciales o virtuales que estén disponibles en el lugar donde viven. Practicar las habilidades que disfruta con niños que también las disfrutan puede hacer que le resulte más fácil hacer amigos. El éxito le dará más confianza que puede utilizar en la escuela.



10 cosas para hacer juntos si tienen 10 minutos libres

Participar con frecuencia en la educación de su hijo es importante. Pero no siempre debe destinarle mucho de tiempo. En 10 minutos podría:

1. **Escuchar** a su hijo y responderle cuando habla sobre la escuela.
2. **Ayudar** a su hijo a estudiar deletreo u operaciones matemáticas.
3. **Compartir** una canción o un poema favorito.
4. **Buscar** una palabra en el diccionario.
5. **Hablar** sobre las noticias diarias.
6. **Buscar** en un mapa los lugares que se mencionan en las noticias.
7. **Revisar** los trabajos de su hijo.
8. **Practicar** un trabalenguas.
9. **Mirar** un animal o pájaro en la naturaleza.
10. **Inventar** un cuento chistoso.



Siga una rutina de sueño

La falta de sueño afecta la habilidad de su hijo de planificar, resolver problemas, controlar su humor y comportamiento, enfocarse y prestar atención, y retener información: habilidades escolares fundamentales.

Los niños de primaria necesitan dormir entre nueve y 12 horas por noche para rendir su máximo. Ahora es el momento de establecer una rutina nocturna que ayude a su hijo a relajarse y acostarse a tiempo para dormir suficiente para aprender.

Fuente: "Healthy Sleep Habits: How Many Hours Does Your Child Need?" American Academy of Pediatrics.

Espere respeto de su hijo

Sin importar el formato de las clases, el comportamiento respetuoso ayuda a los maestros a enseñar y a los estudiantes a aprender. Hable con su hijo sobre la importancia de:

- **Hablar de manera cortés:** debe levantar la mano antes de hablar, y escuchar a los demás.
- **Seguir instrucciones:** debe prestar atención y entregar sus trabajos a tiempo.
- **Aceptar las devoluciones** que le hagan de manera positiva.

Cuestionario Para Padres

¿Está inculcando resiliencia en su hijo?

Algunos padres quieren proteger a sus hijos para que nunca experimenten dificultades o fracasos. Pero superar desafíos enseña lecciones valiosas. ¿Está ayudando a su hijo a adquirir resiliencia? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Hablan** del hecho de que a veces suceden cosas inesperadas? ¿Comentan maneras positivas de reaccionar cuando suceden?
2. **¿Le da** tiempo a su hijo para que resuelva algunos problemas por sí mismo antes de ofrecerle ayuda?
3. **¿Le brinda** perspectiva a su hijo cuando está decepcionado? "No obtuviste una A, ¡pero sacaste una calificación más alta que la última vez!"
4. **¿Anima** a su hijo a pensar en qué puede hacer diferente la próxima vez?

5. **¿Demuestra** usted resiliencia cuando las cosas no salen bien?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a abordar los reveses y seguir adelante. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

"Los desafíos hacen la vida interesante, y superarlos hace la vida significativa".
—Joshua J. Marine

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.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, 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 • ISSN 1527-1056