

Ayudando a su Niño a Triunfar en la Escuela

Octubre del 2009

Parenting Rules!

La relación entre padres y maestros

La relación entre los padres y maestros puede tener un efecto drástico y duradero en el desempeño escolar de su niño. Los padres y maestros tienen la misma meta – asegurar el triunfo del niño.

Los padres que están activamente involucrados en la educación de sus niños y se comunican regularmente con el maestro de su niño tienen un efecto positivo en el triunfo escolar de sus niños. Los niños con padres que se involucran en su escuela tienen menos problemas de comportamiento, sacan mejores calificaciones y dejan la escuela a menor frecuencia.



Juntos los padres y maestros pueden alentar a sus niños a aprender de por vida.

Estas son maneras de como ayudar a establecer una relación con los maestros de sus niños:

- **Haga una cita para tener una conferencia de padres/maestro.** Aun cuando su niño no esté teniendo dificultades, es importante que los padres se reúnan a conocer a los maestros de sus hijos.
- **Informe al maestro** sobre cualquier circunstancia fuera de lo común en su hogar o de cualquier deficiencia de aprendizaje que podría afectar el rendimiento escolar de su niño.
- Si siente que su niño está teniendo dificultades, comuníquese con el maestro lo más antes posible para **hablar sobre un plan de acción.**
- **Sirva como voluntario** para leerle a la clase de su niño, servir como chaperón en una excursión o ayudar durante una escuela abierta o "open house".
- Encuentre maneras de como comunicarse regularmente con la maestra de su niño ya sea por teléfono, email o notas, para poder estar al tanto del progreso de sus hijos.
- Asista a eventos en la escuela de su niño tales como escuela abierta, ferias de ciencias o noche de trofeos.
- Mandele de vez en cuando al maestro de su niño notas dejándole saber que aprecia su esfuerzo.

Ayudando a su Niño a Triunfar en la Escuela

Octubre del 2009

Parenting *Rutinas!*

Los Niños Necesitan Rutinas

Los niños necesitan rutinas para sentirse seguros y para ayudarles a desarrollar hábitos positivos de por vida. El tener rutinas fijas durante el año escolar ayudara a tener mañanas menos agotantes para toda la familia.

Estas son unas maneras de como ayudar a su familia a establecer rutinas diarias:

La noche anterior:

- ✓ Mantenga una rutina para ir a dormir regular, que ayude a que sus hijos se acuesten a una hora donde puedan tener suficiente tiempo para dormir.
- ✓ Escoja la ropa para el otro día.
- ✓ Aliste las mochilas con libros, tareas terminadas y cualquier otra cosa que su niño necesite llevar a la escuela el proximo día.



En la mañana:

- ✓ Asegurese que sus niños se levanten con suficiente tiempo para alistarse sin tener que apurarse.
- ✓ Haga que sus niños se vistan y que luego vallan a desayunar.
- ✓ Ofresca comida para desayunar nutritive y fasil y que se pueda llevar con ellos si es necesario.
- ✓ No deje que sus niños vean televisión o jueguen videos por la mañana.
- ✓ Dele a sus niños una advertencia 10 minutos y 5 minutos antes de que tengan que partir.

Ayudando a su Niño a Triunfar en la Escuela

Octubre del 2009

Parenting Rules!

La Importancia de Dormir

LOS NIÑOS NECESITAN UNA BUENA NOCHE DE SUEÑO

De acuerdo a la Fundación del Sueño Nacional, los niños de edades 5 a los 12 años necesitan dormir de 10-11 horas cada noche.

Un estudio hecho en el 2001 conducido por la Universidad de California en San Francisco, encontro que el dormir es un tiempo importante para que el cerebro haga conecciones cruciales e integre las experiencias que han ocurrido ese día. Que significa esto para su niño? **El/ella necesita una buena noche de sueño para absorber todo lo que aprendieron en la escuela ese día.**

Los niños que no duermen lo suficiente pueden padecer de mal humor, problemas de comportamiento, perdida de memoria, y se les hace más difícil el aprender.



De estas maneras se puede asegurar que su niño duerma lo suficiente cada noche:

- Dele una hora de ir a dormir que le de por lo menos 10 horas de sueño antes de levantarse para ir a la escuela.
- Mantenga una rutina constante para ir a dormir que le ayudara a su niño a que se relaje y que sea a la misma hora todas las noches.
- Considere seriamente el mantener la televisión y la computadora fuera del cuarto de los niños.
- Enseñe a su niño la importancia de dormir al ser usted un buen ejemplo.

Ayudando a su Niño a Triunfar en la Escuela

Octubre del 2009

Parenting Rules!

Ayudando a Su Niño con la Tarea



La tarea es una parte importante del día escolar de los niños y puede contar por un porcentaje alto de sus notas. Es el trabajo de los padres el que los deberes sean una prioridad durante el año escolar. **Los niños necesitan el apoyo de sus padres para desarrollar buenos hábitos de como hacer la tarea.**

Estas son unas sugerencias de como ayudar a su niño:

- Dele a su niña una comida ligera nutritiva cuando ella llegue de la escuela. Los niños se pueden concentrar mejor cuando no tienen hambre.
- **Provea un lugar callado**, libre de distracciones tales como la television, radio o juegos de video.
- Haga que su niño trabaje en sus tareas tan pronto como llegue a la casa de la escuela pues así aun estará en un “ambiente de escuela.”
- Si se da cuenta que su niño tiene dificultades con una materia todos los días, **contactese con su maestra.**
- **Ayudele a su niño a ser organizado** dandole un folder para que traiga sus deberes de la escuela.
- **Hable acerca de las tareas de sus niños** con ellos cada día y ayudeles a pensar sobre las respuestas. Revise que las tareas de su niña estén limpias y sin errores. Haga que su niña corrija sus errores y luego vuelvas a revisar.

Ayudando a su Niño a Triunfar en la Escuela

Octubre del 2009

Parenting Rules!

Recursos para Padres

National Sleep Foundation

1522 K Street, NW, Suite 500 Washington, DC 20005
(202) 347-3471 sleepfoundation.org/article/sleep-topics/children-and-sleep

The Rhode Island Department of Education

255 Westminster Street Providence, RI 02903
401-222-8952 www.thriveri.org

U.S. Department of Education

400 Maryland Avenue, SW Washington, D.C. 20202
1-800-USA-LEARN www.ed.gov/parents/academic/help/succeed/index.html

Rhode Island Parent Teacher Association

RIC East Campus, Bldg. 6
600 Mt. Pleasant Avenue Providence, RI 02908
www.rhodeislandpta.org

Rhode Island Parent Information Network

175 Main Street Pawtucket, RI 02860
401-727-4144 www.ripin.org

¡Reglas para Padres de Familia!



Administered by the RI Department of Children, Youth & Families

Las noticias electronicas son producidas por la agencia de Prevención del Abuso Infantil en Rhode Island y es parcialmente apoyada por una subvención anual del Fondo Fiduciario Familiar e Infantil de Rhode Island

Prevent Child Abuse Rhode Island
500 Prospect Street Pawtucket, RI 02860
ph: 401.728.7920 fax: 410.724.5850
www.preventchildabuse-ri.org

Por favor comparta esta información
con las familias en sus programas.
Gracias!