

Helping Children Learn[®]

Tips Families Can Use to Help Children Do Better in School

Rowan-Salisbury Schools



March 2022

There is more for your child to learn after the test is over

Elementary schoolers understand the idea of learning material *for* a test. But does your child know that he can learn a lot *from* the test after he takes it? Unless your student gets a perfect score every time, he will benefit from some after-the-test review.

When your child receives a graded test, have him:

- **Take note** of which answers he got right and which he got wrong. He should correct any wrong answers and make sure he understands the material.
- **Identify the types of errors** he made. Mistakes generally come in two forms: carelessness and lack of preparation. Did your child rush through the question, or should he have studied more before the test?
- **Plan adjustments** for future tests. Brainstorm together about how your child can reduce careless errors. For example, he could read each question twice and double-check his work before turning it in.

For mistakes based on lack of preparation, the solution is more studying. Your child should start to review several days before the test. Then he'll have time to ask the teacher about anything he doesn't understand. The last day should be spent going over everything one final time, not learning new material.



Set an example to encourage reading

Your child learns by watching you that the things you regularly spend time doing are important. Show her that reading is one of those things!

To be a reading role model:

- **Sit down with a book**, newspaper or other reading material every day. Talk to your child about why reading is worth your time.
- **Look up a word** in the dictionary when you read one you are unsure of. Ask your child if she knows its meaning.
- **Read a tidbit aloud** when you come across something you think your child might find interesting. She may even be motivated to read the rest herself.
- **Join your child.** When you see her reading, pick up something to read yourself. Get comfortable and enjoy the time together.
- **Give books as gifts.** This shows your child that you think books are valuable. Encourage her to give books as gifts, too.

Instill the courage to try

It takes courage to speak up in class, to overcome fears and to do what's right. Explain to your child that courage doesn't require physical strength. He can build it by trying new things and learning from the results. Then be sure to praise his courage when he does!



Match tasks with time

Some students dawdle and never complete tasks. Others are perfectionists who never stop working. Time management is important for both types of children. To teach it:

- **Talk** with your child before she starts a task. Decide on a reasonable amount of working time.
- **Provide** a five-minute warning before time is up.
- **Evaluate** progress. If she still has work to do when the time is up, help her think of ways to work differently or get help.

A peaceful home promotes your child's well-being

Stress affects health and makes it harder for students to focus on schoolwork. To make your home a haven from life's stresses:

- **Practice stress-busters.** Teach your child to take deep breaths or play some relaxing music when she feels stressed.
- **Stay organized.** Avoid stressful hunting by keeping items in assigned places.
- **Prioritize sleep.** Your child needs nine to 12 hours a night.
- **Share good news.** Have everyone report on at least one good thing that happened every day.
- **Laugh.** Swap jokes and funny stories.





Big projects defeat my child. How should I help?

Q: My fifth grader becomes forgetful and scattered when faced with a big project. I have to hold her hand to help her get the work done. How can I teach her to tackle projects responsibly?

A: Big projects seem overwhelming to lots of kids. And it's hard for students to handle them responsibly until they learn how.

To teach your child to manage, help her:

- **Break the project into pieces.** Explain that even massive projects can be divided into small, manageable tasks. For example, "Don't think of it as a huge report. Think of it as reading, making an outline, writing an introduction, etc." Remind your child that she knows how to do these things.
- **Set deadlines** for each part of the project. Have her write them on a calendar. Point out approaching deadlines, but let her do the work.
- **Make a supply list** right away. Of course, she'll need your help to get the supplies. But she can give some careful thought to what she needs. If she forgets something? She'll have to figure out how to do without it.
- **Face the consequences.** If your child delays and you scramble to help her finish on time, she'll learn to rely on you, rather than on herself. She may stumble the first few times she does a project on her own, but learning from the "bumps and bruises" she gets will help her in the long run.



Are you ready when frustration strikes?

Students need to know how to cope with the minor snags and hassles that occur in everyone's life from time to time. Are you helping your child learn to deal with frustration? Answer *yes* or *no* to the questions below:

- ___ **1. Do you understand** that it isn't your job to protect your child from all of life's ups and downs?
- ___ **2. Do you encourage** your child to keep trying when he is stuck? Ask questions to help him think of solutions.
- ___ **3. Do you help** your child name his feelings? "You're frustrated that this assignment is taking longer than you'd hoped. You'll get it done."
- ___ **4. Do you emphasize** the link between effort and outcome?

- ___ **5. Do you point out** real-life stories of people who have overcome challenges?

How well are you doing?

More yes answers mean you are teaching your child to work through frustration. For each no, try that idea.

"Patience removes frustration. Practice restores confidence. Perseverance makes it happen."

—Charles F. Glassman

Investigate the weather

Wind, rain, freezing temperatures and warm sunshine—in many places, March can have it all. This month, help your child:

- **Track temperature.** Have your child record each day's temperature on a graph. She can also graph the number of days that are wintry, rainy and spring-like.
- **Build vocabulary.** Together, look up the meanings of weather words like *inclement*, *frigid*, *front* and *vortex*.
- **Go online** to find information and activities for kids. Try: Extreme Weather (www.extremescience.com/weather.htm); SciJinks (<https://scijinks.gov>); Web Weather for Kids (<https://eo.ucar.edu/webweather>).



Discover real wonder women

Celebrate Women's History Month by reading a biography together. If your child likes:

- **Science**, try a book about Mary Anning, whose seaside fossil discoveries advanced the field of paleontology.
- **Music**, learn more about country music superstar Dolly Parton, whose charitable efforts include distributing more than 165 million books to young children.
- **Sports**, read about Gertrude Ederle, who was the first woman to swim the English Channel—and set a speed record doing it.

Space out study sessions

True learning—the kind that your child will retain long-term—requires time to review and think about the material. Your child will get more out of multiple, short study sessions spread out over time than one long one. Discourage cramming the night before a test, which can increase anxiety and interfere with clear thinking.

Source: G. Dewar, Ph.D. "Spaced learning: Why kids benefit from shorter lessons — with breaks," Parenting Science.

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 © 2022, 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



Marzo 2022

Rowan-Salisbury Schools

A su hijo le quedan más cosas por aprender cuando termina un examen

Los escolares de primaria comprenden la idea de aprender el material para un examen. Pero ¿sabe su hijo que puede aprender mucho del examen una vez que lo termina? A menos que su estudiante siempre obtenga la calificación máxima, se beneficiará de hacer una revisión después del examen.



Cuando su hijo reciba el examen corregido, pídale que:

- **Tome nota** de qué preguntas respondió bien y qué preguntas respondió incorrectamente. Debería corregir las respuestas incorrectas y asegurarse de comprender el material.
- **Identifique el tipo de errores** que cometió. Los errores suelen ser de dos tipos: por descuido o por falta de preparación. ¿Se apresuró al responder la pregunta o debería haber estudiado más antes del examen?
- **Planifique ajustes** para los próximos exámenes. Hagan una lluvia de ideas juntos sobre cómo su hijo puede disminuir los errores por descuido. Por ejemplo, podría leer cada pregunta dos veces y volver a revisar las respuestas antes de entregar.

Para los errores por falta de preparación, la solución es estudiar más. Su hijo debería empezar a estudiar varios días antes del examen. De esa manera, tendrá tiempo para preguntarle al maestro cualquier cosa que no comprenda. El último día debería dedicarlo a hacer un repaso general de todo una última vez y no a aprender cosas nuevas.



Dé el ejemplo para fomentar la lectura

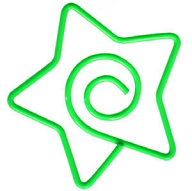
Al observarlo a usted, su hijo aprende que las cosas que hace con frecuencia son importantes. ¡Muéstrole que leer es una de esas cosas!

Para ser un buen modelo a seguir en cuanto a la lectura:

- **Siéntese a leer un libro**, un periódico u otro material de lectura todos los días. Hable con su hijo sobre por qué cree que leer vale la pena.
- **Use el diccionario** cuando encuentre una palabra de cuyo significado no está seguro. Pregúntele a su hijo si sabe el significado.
- **Lea fragmentos en voz alta** cuando encuentre algo que considere que a su hijo podría parecerle interesante. Esto incluso podría motivarlo a leer el resto por su cuenta.
- **Acompañe a su hijo.** Cuando lo vea leyendo, lea usted también. Pónganse cómodos y disfruten juntos.
- **Regáله libros.** Eso le mostrará a su hijo que usted considera que los libros son valiosos. Anímelo a regalar libros, también.

Inculque coraje para probar

Se requiere coraje para hablar en clase, superar los miedos y hacer lo correcto. Explíquele a su hijo que el coraje no requiere fuerza física. Puede desarrollarlo probando cosas nuevas y aprendiendo de los resultados. Luego, asegúrese de felicitarlo por su coraje cuando lo haga.



Asígnele tiempo a cada tarea

Algunos estudiantes pierden el tiempo y nunca completan las tareas. Otros son perfeccionistas y nunca dejan de trabajar. Administrar el tiempo es importante para ambos tipos de niños. Para enseñarle a su hijo cómo hacerlo:

- **Hable** con su hijo antes de que empiece una tarea. Defina una cantidad de tiempo de trabajo razonable.
- **Adviértale** cuando falten cinco minutos para que se termine el tiempo.
- **Evalúe** el progreso. Si no ha terminado cuando finaliza el tiempo, ayúdelo a pensar en otras formas de trabajar o a conseguir ayuda.

Tener un hogar tranquilo promueve el bienestar

El estrés afecta la salud y hace que sea más difícil para los estudiantes concentrarse en el trabajo escolar. Para hacer de su hogar un refugio para las situaciones estresantes de la vida:

- **Practique eliminar el estrés.** Enséñele a su hijo a respirar hondo o poner música relajante cuando esté estresado.
- **Manténgase organizado.** Mantenga las cosas en los lugares asignados para evitar estresarse al buscarlas.
- **Priorice el sueño.** Su hijo necesita dormir entre nueve y 12 horas cada noche.
- **Comparta** buenas noticias. Pídale a todos que cuenten al menos una cosa buena que haya sucedido cada día.
- **Ríanse.** Cuenten chistes e historias graciosas.





Los proyectos grandes frustran a mi hijo. ¿Cómo lo ayudo?

P: Mi hijo de quinto grado se vuelve olvidadizo y disperso cuando se enfrenta a un gran proyecto. Tengo que darle una mano para ayudarlo a que termine el trabajo. ¿Cómo puedo enseñarle a abordar los proyectos de manera responsable?

R: Los grandes proyectos les parecen abrumadores a muchos niños. Y es difícil que los estudiantes los manejen de forma responsable hasta que aprenden cómo hacerlo.

Para enseñarle a su hijo a lograrlo, ayúdelo a:

- **Dividir el proyecto en partes.** Explíquelo que incluso los proyectos muy extensos pueden dividirse en tareas pequeñas y manejables. Por ejemplo, "No pienses en el informe como una tarea muy extensa. Piensa en que tienes que leer, hacer un esquema, escribir una introducción, etc." Recuérdele a su hijo que sabe cómo hacer estas cosas.
- **Establecer fechas límite** para cada parte del proyecto. Pídale que escriba las fechas en el calendario. Señale las fechas límite que se acercan, pero deje que él haga el trabajo.
- **Hacer una lista de materiales** enseguida. Desde ya, necesitará que usted lo ayude a conseguir los materiales, pero él puede pensar en lo que necesita. ¿Y si se olvida de algún material? Deberá ver de qué manera puede prescindir de él.
- **Enfrentar las consecuencias.** Si su hijo se retrasa y usted interviene para ayudarlo a terminar a tiempo, aprenderá a confiar en usted en lugar de en sí mismo. Es posible que tenga algún traspie las primeras veces que haga un proyecto por su cuenta, pero aprender de los "golpes" que recibe lo ayudará en el largo plazo.



Cuestionario Para Padres

¿Está listo cuando llega la frustración?

Los estudiantes necesitan saber cómo lidiar con los inconvenientes y molestias menores que ocurren en la vida de todos de vez en cuando. ¿Está ayudando a su hijo a aprender a lidiar con la frustración? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Comprende** que no le corresponde a usted proteger a su hijo de todos los altibajos de la vida?
2. **¿Anima** a su hijo a que siga intentando cuando está atascado? Haga preguntas para ayudarlo a pensar en soluciones.
3. **¿Ayuda** a su hijo a identificar sus emociones? "Estás frustrado porque este trabajo de ciencias te está llevando más tiempo de lo que esperabas. Ya lo vas a terminar".
4. **¿Hace hincapié** en la relación entre el esfuerzo y los resultados?

5. **¿Señala** historias de personas que han superado dificultades?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está enseñándole a su hijo a superar la frustración. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

"La paciencia elimina la frustración. La práctica restaura la confianza. La perseverancia permite que suceda".
—Charles F. Glassman

Investiguen sobre el clima

El viento, la lluvia, las temperaturas bajo cero y el sol cálido: en muchos lugares, en marzo hay un poco de todo. Este mes, ayude a su hijo a:

- **Lleven un registro** de la temperatura. Pídale a su hijo que registre la temperatura de cada día en un gráfico. También puede graficar la cantidad de días que el clima estuvo ventoso, lluvioso o primaveral.
- **Desarrolle el vocabulario.** Busquen el significado de palabras relacionadas con el clima, como *inclemencias*, *gélido*, *frente* y *torbellino*.
- **Use internet** para buscar información y actividades para niños. Pruebe las siguientes opciones: Clima extremo (www.extremescience.com/weather.htm); SciJinks (<https://scijinks.gov>); página del clima para niños (<https://eo.ucar.edu/webweather>) (disponibles en inglés).



Descubra a la verdadera mujer maravilla

Para celebrar el Mes de la Historia de la Mujer, lean una biografía juntos. Si a su hijo le agrada:

- **La ciencia**, lean un libro sobre Mary Anning, cuyos descubrimientos de fósiles junto al mar lograron avances en el área de la paleontología.
- **La música**, aprendan más sobre la superestrella de la música country Dolly Parton, cuyo trabajo caritativo incluye la distribución de más de 165 millones de libros a niños.
- **Los deportes**, lean sobre Gertrude Ederle, que fue la primera mujer en cruzar a nado el Canal de la Mancha y, además, marcó un récord de velocidad al hacerlo.

Espacie las sesiones de estudio

El aprendizaje verdadero —que hace que su hijo retenga información a largo plazo— requiere tiempo para repasar y pensar en el material. Su hijo aprovechará más varias sesiones de estudio cortas distribuidas en el tiempo que una larga. Desanime el estudio intensivo la noche anterior al examen, que puede aumentar los nervios de su hijo y no permitirle pensar claramente.

Fuente: G. Dewar, Ph.D. "Spaced learning: Why kids benefit from shorter lessons — with breaks," Parenting Science.

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 © 2022, 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