

# Consejos para Colaborar en el Éxito de su Hijo/a

## Paternalidad/Guía

- \* **Establezca altas expectativas** Asegúrese de que su hijo/a sepa que usted espera y colabora con su tarea para establecer objetivos realistas y alcanzables. Proponga a todos los niños, no sólo a los considerados brillantes, tomar cursos académicos desafiantes. Los cursos de Matemáticas Avanzadas, Ciencias, Inglés, Historia, Artes y Lengua Extranjera proporcionan el tipo de conocimientos y habilidades que necesitan.
- \* **Proporcione comidas nutritivas.** Los niños están más atentos en la escuela si han tenido un buen desayuno. ¡Si su niño no tiene apetito al levantarse puede tomar su desayuno en la escuela!
- \* **Limite la TV y los juegos de video.** Los expertos recomiendan que los niños vean/jueguen no más de 1-2 horas de TV y juegos de video por día. Hay estudios que demuestran que el excesivo tiempo frente a una pantalla está directamente relacionado con un pobre desempeño escolar.
- \* **Asegure un sueño adecuado.** Los niños entre 6-12 años necesitan dormir aproximadamente 10 horas por noche y los de 12-18 años por lo menos 8-9 horas.
- \* **Ayude a su hijo/a a organizarse.** Los cerebros de los niños no están completamente desarrollados hasta bien entrada la adolescencia.

Las habilidades de organización son importantes para el éxito escolar pero muchos niños necesitan la ayuda de sus padres. Por ejemplo, puede ayudar a su hijo/a a preparar sus pertenencias escolares la noche anterior y establecer una rutina para estar en la puerta de casa en horario cada mañana. La asistencia regular y en horario es clave para el éxito escolar.

## Aprendizaje en Casa

- \* **Proporcione a su hijo/a un lugar tranquilo para estudiar.** Cree un espacio confortable en su hogar, bien iluminado y libre de distracciones en el que su hijo/a pueda estudiar. Puede ser en su casa, en la casa de un vecino o en la biblioteca.
- \* **Ayude a su hijo/a con sus tareas escolares para el hogar.** Asegúrese de que su hijo/a complete y entregue sus tareas. Ayúdelo/a con las lecciones pero no haga el trabajo por él/ella.
- \* **Controle el progreso de su hijo/a.** Vigile los boletines de calificaciones. Solicite una entrevista con la maestra de su hijo/a o su consejero/a escolar si necesita ayuda para entender el boletín de calificaciones de su hijo/a.
- \* **Lea con su hijo/a y/o estimúlelo/a a que lea:** Los niños preescolares tendrían que leer con usted o por su cuenta al menos 20 minutos por día. Haga que sus niños mayores lean para usted. Haga que el disfrute de la lectura de su hijo/a aumente conversando sobre cada libro que lee. Esto los ayuda a expresarse mejor. Y usted también disfrutará de estas conversaciones.
- \* **Comparta historias con su hijo/a.** Si usted tiene dificultades para leer, cuénteles historias a sus hijos. Escuchar acerca de la historia familiar y sus experiencias ayudará a sus hijos a desarrollar el gusto por el idioma, la narración de cuentos y el pasado.



## Comunicación con la Escuela de su Hijo/a

- \* **Mantenga una comunicación frecuente con la maestra de su hijo/a.** Los maestros juegan un papel crítico en el desarrollo de su hijo/a. Es importante que sepa el nombre de los maestros de su hijo/a y que usted se comunique frecuentemente con ellos.
- \* **Asista a las conferencias padres-maestros.** Es una de las formas más efectivas de conocer sobre el progreso de su hijo/a en la escuela. Si necesita intérprete, notifique a la escuela y se le asignará uno/a.
- \* **Solicite datos REALES e información acerca del desempeño escolar y el progreso de el/la estudiante.** Pregunte acerca de la calificación de su escuela respecto a otras. Averigüe si los estudiantes tienen oportunidad de aprendizaje adicional antes y después de la escuela y en verano.
- \* **Haga saber a la escuela si su hijo/a llegará tarde o estará ausente.** Llame a la escuela para avisar en la mañana si su hijo llegará tarde o estará ausente. Envíe una nota de explicación con su hijo/a al llegar a la escuela.
- \* **Haga saber a la escuela sobre cualquier preocupación.** Póngase en contacto con el/la maestro/a o el/la consejero/a escolar si a su hijo/a no le va bien o no es feliz en la escuela. Es importante resolver los problemas lo antes posible para que la educación de su hijo/a no se vea afectada.
- \* **Conozca las políticas y procedimientos escolares.** No siempre es fácil entender las políticas y procedimientos escolares.

El/la director/a de su escuela gustosamente lo ayudará con esto. Llame a la escuela y pide una entrevista con el/la director/a. Si necesita intérprete, hágaselo saber a la escuela.

- \* **Lea el boletín informativo de la escuela.** Es una fácil forma de estar informado acerca de eventos programados en la escuela y de información importante relacionada con la educación de su hijo/a.
- \* **Utilice la Language Line (Línea Idioma).** Si prefiere hablar un idioma que no sea Inglés al comunicarse con la escuela de su hijo/a, hágaselo saber al personal de la oficina. Ellos pueden utilizar la "Language Line" para solicitar un intérprete telefónico. Es un servicio gratuito.



## Voluntariado

- \* **Ofrézcase como voluntario.** Las escuelas dan gustosas la bienvenida a los padres voluntarios. Usted puede ofrecerse como voluntario para ayudar a los maestros, los administradores, los estudiantes y/u otros padres en la escuela de su hijo/a. Visite <http://www.acps.k12.va.us/getinvolved/volunteer/> para más información.

## Toma de Decisiones

- \* **Concurra a una reunión PTA.** La PTA (Asociación de Padres y Maestros) ofrece una oportunidad para que los padres se comprometan. En la página 17 hay un listado de ACPS PTA. Llámelos para mayor información.
- \* **Preste servicios en un comité consultivo.** Si usted quiere colaborar en tomar importantes decisiones que afectan a la escuela de su hijo/a, únase a un comité consultivo escolar o un grupo comunitario que trabaje con las escuelas.

## Compromiso Comunitario

- \* **Asista a programas escolares.** Los programas escolares ofrecen divertidas oportunidades para comprometerse y apoyar a su hijo/a en su escuela.
- \* **Participe de oportunidades de voluntariado.** Estimule a su hijo/a a comprometerse con usted. Juntos como familia pueden participar en actividades que sirven a la comunidad.