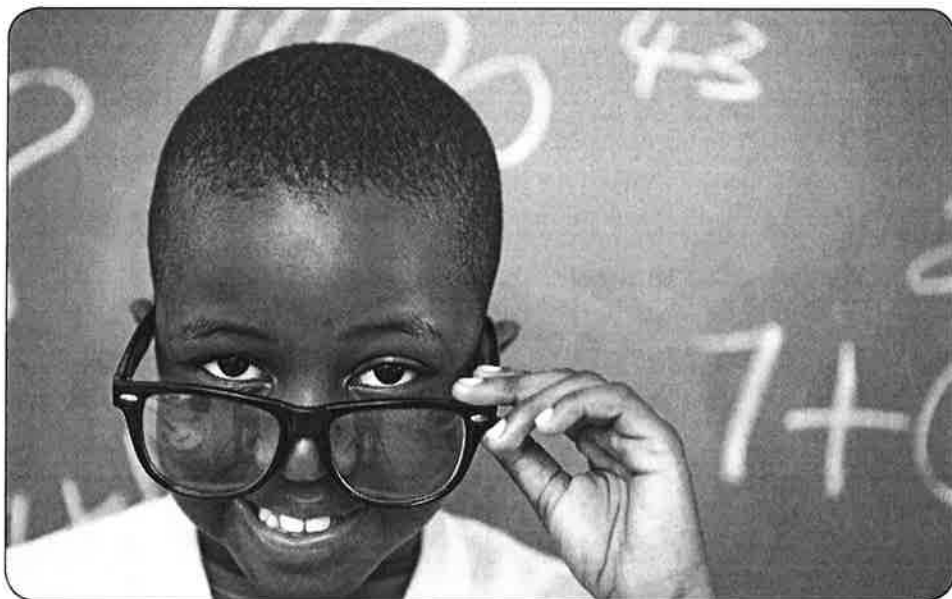


Elementary School Parents[®]

January 2020
Vol. 31, No. 5

Steger Public School District 194

make the difference!



Asking questions can boost your child's thinking skills

Talking with your child is an effective way to build thinking skills—especially if you ask certain kinds of questions. Experts recognize six categories of thinking skills. Ask your child questions that help him:

1. **Recall knowledge.** Ask about facts your child knows. "Who is the president?" "What is the capital of Virginia?" Words that will help with this include *who*, *when*, *what*, *where* and even *list*.
2. **Understand.** When your child learns about things, check the depth of his comprehension. "Can you explain one cause of the Civil War?"
3. **Apply knowledge.** In real-life situations, how will your child use what he knows? "What has

our country learned from the Civil War? How can we apply it to life today?"

4. **Analyze.** Many things can be divided into groups, such as types of animals. Have your child compare and contrast groups of things. "How are fish and humans different? How are they alike?"
5. **Evaluate.** Ask your child what he thinks about things. "How have smartphones changed our lives?"
6. **Create.** Ask your child to design his own way to solve a problem. Use words such as *invent* and *what if*.

Source: P. Armstrong, "Bloom's Taxonomy," Vanderbilt University, The Center for Teaching, nswc.com/elem_bloom.

Help your child build intrinsic motivation



Most parents have used rewards to motivate their kids at one time or another. And there's no question that reward systems work.

But when the rewards stop, the motivation sometimes stops, too. Researchers have found that students who are motivated *only* by the desire to get a good grade rarely do more than the minimum they need to get by.

However, when students are motivated by an inner reward, they are more likely to stick with a task. Students with *intrinsic motivation* learn because they're curious. They retain what they have learned longer, and they earn higher grades.

To foster intrinsic motivation:

- **Have your child think** about what she wants to learn before she starts an assignment.
- **Help your child see progress** as she works on a big task.
- **Give your child opportunities** to share what she's learning.
- **Offer positive feedback** and encourage her to praise herself for a job well done.

Source: K. Cherry, "Intrinsic Motivation: Why You Do Things," Verywell Mind, nswc.com/elem_intrinsic.

Bring geography to life with fun and educational activities



Learning about geography can make the entire world more relevant to your child. To get him thinking a little bit more

about geography, have your child:

- **Draw a map** of how to get from your house to school, the grocery store or a friend's house. Then follow the map together.
- **Walk outside** and identify *north*, *south*, *east* and *west*, as well as *northeast*, *northwest*, *southeast* and *southwest*. Challenge him to describe where things in your town are located. "My school is *northeast* of my house." "The library is *south* of the fire station."
- **Go through your house** and talk about where various items came from. Look for labels to see where things were made. A calculator may have come from Taiwan.

A box of cereal may have a Battle Creek, Michigan or Chicago, Illinois address. Locate them on a map.

- **Look for street patterns.** In some towns, streets run north and south, while avenues run east and west. Or, street names may be alphabetical. Help your child recognize the patterns.
- **Start a collection** of objects from countries around the world. Stamps, postcards and coins are all easy items to collect, categorize and store.
- **Learn more about** where his ancestors came from. Find these places on a map. If possible, help him learn about the routes his ancestors traveled when they came to this country. Where do your relatives live now? Again, check the map.

Ways you can support your child during homework time



There's no question that today's students have more homework than students did in the past. And it can be quite

a challenge to fit homework into busy family schedules.

But homework is a fact of life. To make the most of homework time:

- **Help your child manage her time.** Set a regular time for homework each day. Don't let homework be the last thing your child does before going to bed.
- **Help your child decide** which homework to complete first. Some kids prefer to start with the easier work, while others like to get the toughest work out of the way first.

Have your child experiment to see which works best for her.

- **Offer help**, but don't do the assignment for her. Doing homework helps your child learn to be independent. If you do the work, your child won't learn that lesson.
- **Have your child read aloud** to you every night. As you are reading together, stop and ask questions.
- **Stay in touch** with the teacher. Be sure to let the teacher know if your child seems to struggle with homework often. Ask what you can do at home to support your child.
- **Remain positive.** Your attitude will affect your child.

Q: My eight-year-old son has tantrums when he gets angry or frustrated. He's acting the same way in school, and his teacher has asked for my help in getting him to control himself. What can I do?

Questions & Answers

A: Elementary-age children have more stress in their lives than most parents realize. When they don't have the skills to cope with stress, they may resort to toddler-style outbursts and crying fits.

However, your child's success in school and with other children depends on his learning how to control his behavior.

To minimize temper tantrums, first try to figure out what triggers them. Keep a record of your child's behavior for one week. What happens just before a tantrum begins? Do you notice patterns? Then, help him avoid some of the situations that lead to stress.

Next, give your child tools to manage his behavior. When he has a meltdown at home, suggest that he:

- **Take time out.** Have him remove himself from the situation for a five-minute breather. Let him return when he feels composed enough to talk calmly.
- **Use calming techniques.** Teach him to breathe deeply, while slowly counting to 10. Have him dribble a ball, pet an animal, or tell himself, "I can work through this."
- **Throw it out.** Have him write or draw his angry feelings on paper. Then have him wad the paper up and toss it away.
- **Talk it out.** Help your child become more self-aware. Notice when he's having a bad day. Help him name his feelings.

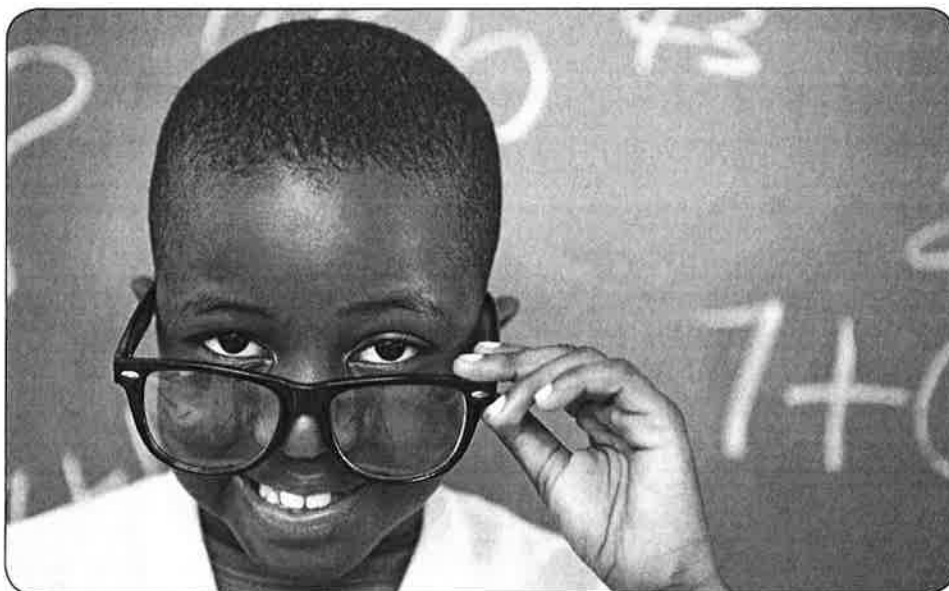
Escuela Primaria

Enero 2020
Vol. 31, No. 5

Los Padres

Steger Public School District 194

¡hacen la diferencia!



Haga preguntas para mejorar las habilidades de pensamiento

Hablar con su hijo es una manera eficiente de ayudarlo a desarrollar sus habilidades de pensamiento, especialmente si hace determinados tipos de preguntas. Los expertos han identificado seis categorías de habilidades de pensamiento. Hágle preguntas a su hijo que lo ayuden a:

1. **Recordar los conocimientos.** Pregúntele a su hijo sobre datos que sepa. "¿Quién es el presidente?" "¿Cuál es la capital de Virginia?" Algunas de las palabras que lo ayudarán con esto son *quién, qué, cuándo, dónde* e incluso *enumerar*.
2. **Comprender.** Cuando su hijo aprenda cosas nuevas, verifique la profundidad de su comprensión. "¿Podrías explicarme una causa de la Guerra Civil?"
3. **Aplicar el conocimiento.** ¿Cómo utilizará su hijo lo que sabe en

situaciones cotidianas? "¿Qué ha aprendido nuestro país a partir de la Guerra Civil? ¿Cómo podemos aplicarlo a la vida hoy?"

4. **Analizar.** Muchas cosas pueden dividirse en grupos, como los tipos de animales. Pídale a su hijo que compare y contraste grupos de cosas. "¿En qué se diferencian los peces de los seres humanos? ¿En qué se asemejan?"
5. **Evaluar.** Pregúntele a su hijo qué piensa acerca de ciertas cosas. "¿De qué manera los teléfonos inteligentes nos han cambiado la vida?"
6. **Crear.** Pídale a su hijo que diseñe su propia manera de resolver un problema. Use palabras tales como *inventar* y *qué ocurriría*.

Fuente: P. Armstrong, "Bloom's Taxonomy," Vanderbilt University, The Center for Teaching, nswc.com/element_bloom.

Ayude a su hijo a desarrollar su motivación interna



La mayoría de los padres han usado recompensas para motivar a sus hijos alguna que otra vez. Y no caben dudas de que el sistema de recompensas funciona.

Pero cuando deja de haber recompensas, desaparece la motivación. Los investigadores han descubierto que los estudiantes cuya *única* motivación es el deseo de obtener una buena calificación rara vez hacen más que el mínimo indispensable para aprobar.

Sin embargo, cuando la motivación de los estudiantes es una recompensa interna, es más probable que perseveren con una tarea. Los estudiantes que tienen una *motivación intrínseca* aprenden porque son curiosos. Retienen lo que han aprendido durante más tiempo y obtienen mejores calificaciones.

Para fomentar la motivación intrínseca:

- **Pídale a su hijo** que piense qué quiere aprender antes de comenzar una tarea.
- **Ayúdelo a ver** el progreso cuando trabaje en una tarea extensa.
- **Dele oportunidades** para compartir lo que está aprendiendo.
- **Hágle comentarios positivos** y anímelo a elogiarse a sí mismo cuando haga bien un trabajo.

Fuente: K. Cherry, "Intrinsic Motivation: Why You Do Things," Verywell Mind, nswc.com/element_intrinsic.

Actividades divertidas y educativas para darle vida a la geografía



Aprender geografía puede hacer que el mundo en su totalidad se torne más relevante para su hijo. Para hacerlo pensar un poco

más sobre la geografía, pídale que:

- **Dibuje un mapa** que muestre cómo llegar desde su casa hasta la escuela, el supermercado o la casa de un amigo. Luego, sigan el mapa juntos.
- **Salga a caminar** e identifique el *norte*, el *sur*, el *este* y el *oeste*, además del *noreste*, el *noroeste*, el *sudeste* y el *sudoeste*. Ponga a su hijo a prueba y pídale que describa dónde están ubicadas las cosas en su ciudad. "La escuela está al *noroeste* de casa". "La biblioteca está al *sur* de la estación de bomberos".
- **Recorra la casa** y hable sobre la procedencia de diversos objetos. Busque etiquetas para ver dónde se fabricaron. Una calculadora podría provenir de Taiwán. Una caja de

cereales podría provenir de Battle Creek, Michigan o Chicago, Illinois. Ubíquenlos en un mapa.

- **Busque patrones en las calles.** En algunas ciudades, las calles van de norte a sur, y las avenidas, de este a oeste. Y los nombres de las calles a veces están en orden alfabético. Ayude a su hijo a reconocer esos patrones.
- **Comience a coleccionar objetos** de países de todo el mundo. Las estampillas, las postales y las monedas son objetos fáciles de coleccionar, categorizar y guardar.
- **Se informe más** sobre la procedencia de sus antepasados. Busquen los lugares en un mapa. De ser posible, ayúdelo a conocer más acerca de los recorridos que hicieron sus antepasados cuando vinieron a este país. ¿Dónde viven sus familiares ahora? Mire el mapa nuevamente.

Maneras de ayudar a su hijo cuando hace la tarea



No hay duda de que hoy en día los estudiantes tienen más tarea de la que tenían en el pasado.

Y puede ser todo un desafío incluir la tarea en la agenda familiar, que suele tener muchas actividades.

Pero la tarea es una realidad. Para ayudarlo a sacarle el mayor provecho al tiempo que destina a hacer la tarea escolar:

- **Ayude a su hijo** a administrar su tiempo. Establezca un horario fijo para la tarea todos los días. No permita que la tarea sea lo último que su hijo haga antes de dormir.
- **Ayúdelo a decidir** qué tarea completar primero. Algunos niños prefieren comenzar con la tarea más fácil, mientras que a otros les gusta sacarse

de encima la tarea más complicada primero. Dígame a su hijo que haga la prueba para ver qué opción le resulta mejor.

- **Ofrézcale ayuda**, pero no haga la tarea por él. Al hacer la tarea, su hijo aprenderá a ser independiente. Si usted hace el trabajo por él, su hijo no aprenderá esa lección.
- **Pídale a su hijo** que le lea en voz alta todas las noches. Mientras leen juntos, haga pausas y hágale preguntas.
- **Manténgase en contacto** con el maestro. Si su hijo suele tener dificultades con la tarea, asegúrese de informárselo al maestro. Pregúntele qué podría hacer en casa para ayudarlo.
- **Manténgase positivo.** Su actitud afectará a su hijo.

P: Mi hijo de ocho años hace berrinches cuando se enoja o se frustra. Se está comportando de la misma manera en la escuela, y su maestro me pidió ayuda para lograr que se controle. ¿Qué puedo hacer?

Preguntas y respuestas

R: Los escolares de primaria están más estresados de lo que la mayoría de los padres creen. Cuando no tienen las habilidades necesarias para lidiar con el estrés, a veces recurren a arrebatos y ataques de llanto, como los niños pequeños.

Sin embargo, el éxito de su hijo en la escuela y con otros niños depende de que aprenda a controlar su comportamiento.

Para minimizar los berrinches, primero intente descubrir qué los desencadena. Lleve un registro del comportamiento de su hijo durante una semana. ¿Qué sucede justo antes de que comiencen los berrinches? ¿Observa algún patrón? Luego, ayúdelo a evitar algunas de las situaciones que le provocan estrés.

A continuación, dele herramientas para que pueda controlar su comportamiento. Cuando colapse en casa, sugiérale que:

- **Se tome un descanso.** Pídale que se aísle de la situación para descansar durante cinco minutos. Permítale regresar cuando esté lo suficientemente tranquilo para hablar con calma.
- **Use técnicas tranquilizantes.** Enséñele a respirar profundo mientras cuenta hasta 10 lentamente. Pídale que rebote una pelota, acaricie a un animal o que se diga a sí mismo "Yo puedo superar esto".
- **Se deshaga del problema.** Pídale que escriba o dibuje su enojo en una hoja. Luego, pídale que abolle el papel y lo tire.
- **Hable sobre el problema.** Ayude a su hijo a ser más consciente de sí mismo. Advierta cuando esté teniendo un mal día. Ayúdelo a poner sus sentimientos en palabras.