

THE PARENT LETTER



About Our Kids:
A Letter for Parents by the
NYU Child Study Center

VOLUMEN 2, NÚMERO 10

JUNIO DE 2004

VACACIONES DE VERANO: CÓMO LOGRAR QUE NUESTROS HIJOS SIGAN DEDICADOS AL APRENDIZAJE

Las familias con hijos en edad escolar suelen trazar el plan de actividades familiares de acuerdo con las fechas y el ritmo del calendario escolar. Leen con detenimiento las notas de la escuela para no omitir días de reuniones, fechas de entrega de trabajos, los recesos de vacaciones y los días de media jornada. Programan los horarios de las niñeras, las invitaciones de compañeros, la hora de quehaceres y las vacaciones familiares en función del tiempo durante el que los niños no van a la escuela. Ya se acercan las vacaciones de verano, los días más largos, calurosos y de mayor letargo de julio y agosto, y muchas familias no sólo piensan en atender a sus hijos. Muchos padres se preguntan cómo lograr que sus hijos sigan dedicados al aprendizaje de manera productiva.

¿Por qué es importante que mi hijo siga ocupándose de lo social y académico durante el verano?

No perder la preparación como estudiante durante el largo receso de verano entre dos años escolares es fundamental para que los alumnos afiancen lo que han aprendido y vuelvan a la escuela en septiembre con la actitud y conducta apropiadas para incorporar nuevos conocimientos. Los educadores suponen que, si bien los meses de verano implican más tiempo para uno mismo y para hacer un cambio saludable de horarios y rutinas, también constituyen un período para seguir ocupándose del estudio hablando, escuchando, leyendo y escribiendo. El alumno que pasa los dos meses de verano inactivo puede tener dificultades para retomar el ritmo social y académico de la vida escolar. Parte del aprendizaje social y académico adquirido el año anterior se pierde cuando no se aplican ni ejercitan las conductas, estrategias y conocimientos durante el largo receso estival.

¿Qué puedo hacer para que mi hijo siga ocupándose de lo social y académico durante el verano?

- ❑ Averigüe si la escuela de su hijo tiene un programa de trabajo para el verano. Si es así, utilícelo para orientar y estructurar parte del tiempo de su hijo durante julio y agosto. En muchas escuelas, los maestros se reúnen y planifican actividades amenas de verano que estimulan a los estudiantes a prepararse para el siguiente grado. Estos trabajos luego se utilizan en septiembre para comenzar la labor del nuevo año escolar con determinación desde el primer día de clase. El trabajo de verano podría consistir en elegir y leer varios libros incluidos en una lista de lectura o llevar un diario, entre otras cosas. Ayude a su hijo a organizarse para que no termine el trabajo deprisa los últimos días de vacaciones, pues se perdería de vista el verdadero propósito de las tareas asignadas durante el verano.
- ❑ Intercambie información de contacto para estar comunicado con los compañeros de escuela. Los padres de niños pequeños son los encargados de promoverlo. Los más grandes deben recibir estímulo para encontrar la forma de mantenerse en contacto por teléfono, correo electrónico o carta, o visitando a sus compañeros.
- ❑ Averigüe sobre programas estivales de lectura poniéndose en contacto con los maestros de su hijo y las librerías locales. A veces, estos programas incluyen recompensas, como libros gratuitos, a cambio de completar un registro que dé cuenta de que su hijo ha leído determinada cantidad de libros. Es una excelente manera de que los niños lean obras de sus autores favoritos o prueben material nuevo de lectura.
- ❑ Muchos centros comunitarios ofrecen cursos y programas educativos y recreativos gratis o mediante el pago de una suma simbólica. Puede encontrar un programa que se ajuste a una actividad que su hijo desee desarrollar o en la que desea participar, así como también darle la posibilidad de que explore otras opciones. La Asociación de Parques de la Ciudad de Nueva York, la Sociedad Zoológica y los museos suelen enviar folletos a las escuelas para distribuir entre las familias. Hable con el Coordinador de Padres de la escuela de su hijo para conseguir estos folletos o información para contactarse con programas de este tipo. Puede haber propuestas para toda la familia.
- ❑ La experiencia de acampar por uno o más días da la oportunidad de ganar independencia, hacer nuevos amigos y dedicarse a lo que a uno le gusta. Si su hijo se va de campamento por algunos días, asegúrese de que empaque su material de lectura favorito y elementos para escribir con las direcciones correspondientes.
- ❑ Pídale a su hijo que elabore un informe oral (o escrito si lo desea) sobre lo sucedido para la charla a la hora de la cena. Elija un artículo de diario o una noticia de la televisión, la radio o Internet y dispóngase para intercambiar información y

opiniones. A veces, los más grandes prefieren cubrir un determinado tema durante algunos días. Es probable que los niños más pequeños compartan las novedades sobre el programa escolar del verano o el campamento.

- ❑ Pídale a su hijo que prepare una de las tantas listas, notas o tarjetas necesarias en cualquier familia organizada. ¿Por qué no hacer la lista de ingredientes para una comida familiar especial o para ir al supermercado, o redactar las notas para acordarse de ir a la lavandería o enviar una tarjeta de cumpleaños a la abuela?
- ❑ La televisión y el cine son un excelente entretenimiento, siempre bajo su supervisión. Entable una charla con su hijo acerca de los programas de televisión y las películas que ve solo, con sus amigos o que ven juntos.
- ❑ Las compras en el supermercado y demás quehaceres familiares no cesan durante el verano. Su hijo podría involucrarse más o hacerse cargo de estas tareas. Según la edad del niño, su hijo puede ayudarlo a buscar los productos en el supermercado, a preparar la lista de lo que hay que comprar o hacer, a hacer el cálculo mental aproximado de cuánto le queda para gastar y cuánto recibirá de vuelto.
- ❑ Déle participación al planear una salida familiar o las vacaciones. Si va al cine, permítale que calcule o lo ayude a calcular cuánto gastará en las entradas y refrigerios; que consulte la cartelera o llame para averiguar el horario de la película; que decida con cuánto tiempo de anticipación debe salir para llegar en horario; etc. Las vacaciones familiares podrían requerir su ayuda para decidir a dónde ir, dónde pernoctar, cómo llegar y obtener información. Los viajes de un día o las vacaciones largas son además una excelente oportunidad para iniciar o ampliar una colección, organizar su exposición y averiguar qué se puede coleccionar obteniendo información a través de libros, Internet y de expertos.
- ❑ Puede llevarse un registro de las vacaciones fuera de casa, sean cortas o largas, juntando recuerdos o folletos, sacando fotos y escribiendo tarjetas postales. Vale la pena ocuparse de escribir las leyendas al pie de las fotos, organizar una muestra de diapositivas o un álbum de recortes de la familia.
- ❑ Cerciórese de que haya material de lectura en su casa durante el verano. Además de libros, ofrézcale revistas y diarios interesantes, adecuados para su edad, y permítale acceder a Internet siempre bajo su supervisión.

¿Qué sucede, si de acuerdo con el boletín escolar, mi hijo debe asistir a clases de verano o repetirá de grado?

Es posible que los alumnos que no alcancen el nivel de rendimiento esperado para pasar de grado deban asistir al programa escolar de verano, repetir de grado o quizá ambas cosas. Por supuesto, si tiene preguntas o dudas acerca de la decisión escolar, debe dirigirse a la escuela y hablar con el director y los maestros de su hijo. Si esta es la situación de su hijo, bríndele apoyo y aliéntelo ayudándolo a verlo como una oportunidad para mejorar como estudiante. Evite echarle la culpa o avergonzarlo; en cambio, estimule a su hijo (y a toda la familia) a madurar a partir de esta experiencia. Si su hijo lucha por dominar sus sentimientos o su conducta por tener que asistir a la escuela durante el verano o repetir de grado, hable con el psicólogo escolar o asistente social de la escuela de su hijo para obtener recursos para resolver el problema. Cerciórese de planificar el tiempo de manera que se cumplan las responsabilidades escolares del verano y haya un tiempo de esparcimiento después de la escuela tal como lo haría durante el año escolar normal.

Escrito y desarrollado por Leslie Zackman, M.A. del Departamento de Educación de Nueva York y Amy Bobrow, Ph.D. del NYU Child Study Center

ACERCA DEL NYU CHILD STUDY CENTER

El NYU Child Study Center se dedica a la investigación, prevención y tratamiento de problemas de salud mental en niños y adolescentes. Brinda evaluación y tratamiento para niños y adolescentes con problemas de salud mental, como ansiedad, depresión, dificultades del aprendizaje o de atención y síntomas asociados con el estrés y los traumas.

Si usted o su hijo necesitan ayuda, cuenta con profesionales de salud mental que lo asesorarán las 24 horas, los 7 días de la semana, llamando a 1-800-LIFENET (1-800-543-3638), un programa de la Asociación de Salud Mental de la Ciudad de Nueva York. Dispone de ayuda en varios idiomas: español, 1-877-298-3373; chino: 1-877-990-8585. Si necesita otros idiomas, solicite un traductor.

Para mayor información, pautas y consejos prácticos sobre salud mental infantil y cuestiones sobre la crianza, por favor visite el sitio en Internet del NYU Child Study Center, AboutOurKids.org



Changing the Face of Child Mental Health

NYU Child Study Center
577 First Avenue
New York, NY 10016

The Parent Letter recibió el generoso apoyo de los siguientes donantes: Joseph Healey y Thomas Walker.