

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

Las Diez Ideas Más Importantes para Padres con Niños que tienen Discapacidades de Aprendizaje

por Wendy C. Ward, M.A.T. (revisado por Dani Kinsley, OTR/L y Ashley Eaton, M.A.T.)

Después de un largo día de escuela, la hora de hacer la tarea puede ser difícil para todos los niños. Puede ser especialmente difícil para los niños con problemas de aprendizaje. Los niños con discapacidades de aprendizaje (LD) tienen más dificultad para completar la tarea debido a las siguientes razones: dificultad con la organización (p. ej., olvidar llevar libros a casa, qué páginas de tarea completar), niveles más altos de frustración y, a menudo, problemas de atención.

¡Afortunadamente, hay cosas que los padres pueden hacer para ayudar a su hijo con una discapacidad de aprendizaje a completar su tarea!



El Entorno

Ubicación: Su hijo/a debe completar su tarea en el mismo sitio cada noche. *Pista: Permita que su hijo/a le ayude escogiendo el lugar.* También, asegúrese que el lugar de tarea tenga suficiente iluminación. El escritorio y la silla de él/ella deben ser del tamaño apropiado.



¿Sabía que tener un escritorio y una silla del tamaño correcto puede mejorar la atención y las habilidades motoras finas al mismo tiempo que disminuye la inquietud y las distracciones?

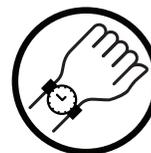


- Los pies deben poder descansar firmemente en el suelo.
- La altura del escritorio/mesa no debe ser superior a 1 o 2 pulgadas por encima del ombligo del niño.
- Escribir o leer en una pizarra inclinada puede ayudar a disminuir el resplandor y la fatiga.

Provisiones: Al principio de cada año escolar, ayude a su hijo/a a crear una caja de provisiones para tareas con todas las provisiones escolares necesarias. Compre un calendario con espacios grandes para escribir las tareas y las fechas de entrega. Empezando a usar un calendario temprano ayuda a su hijo/a a ser exitoso en su carrera educativa.



Rutinas y Metas: ¡Se consistente! La tarea debe hacerse a la misma hora todos los días. Decida qué adulto va a ayudar. Establezca reglas para reducir las distracciones (sin amigos, sin llamadas telefónicas durante la hora de la tarea, sin música ni televisión). Si es posible, permita tiempo de juego activo entre la escuela y la tarea para que los niños puedan regular su energía y atención.



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)



Aleentar/Motivar

Elogios: Proporcione frecuentes elogios verbales (“¡Vaya! ¡Estás trabajando tan duro en estos problemas de multiplicación!”) y no verbales (abrazos, palmaditas en la espalda). Concéntrese en los intentos y la persistencia del niño en lugar de las habilidades inherentes (por ejemplo, “Estás trabajando tan duro para aprender esta habilidad”, en lugar de “Eres tan inteligente”).



Controle el tiempo para cada trabajo:

Usar un cronómetro o un reloj de arena hará más concreto el paso del tiempo. Su hijo puede ver la cantidad de tiempo que está pasando y cuánto tiempo le queda por trabajar. Es posible que esta estrategia no funcione para los estudiantes que se concentrarán solo en el tiempo restante.



Manténlo divertido: Trate de encontrar formas atractivas de trabajar en nuevas habilidades. Modele comportamientos como leer por diversión y tiempo de trabajo en cada día para hacerlo. Cree juegos, invente canciones e incorpore movimiento activo en las sesiones de estudio.



Estrategias

Organización: Es importante enseñarle a su hijo/a una estrategia de cómo empacar su mochila escolar al final de cada día. *Pista: Escriba una lista simple de los libros y provisiones necesarias para la tarea en una tarjeta con rayas y manténgala en el bolsillo al frente de la mochila escolar.* Otras estrategias que ayudan con la organización incluyen el uso de carpetas de diferentes colores, teniendo una libreta para cada curso, y empacando su mochila escolar en la noche en vez de esperar hasta la mañana.



Frases Nemotécnicas: Los estudiantes a menudo aprenden mejor cuando pueden adjuntar conceptos abstractos a frases mnemotécnicas o música pegadiza.



Fatiga: Para evitar la fatiga al completar la tarea, proporcione descansos cortos y frecuentes para moverse.



Dividir en Pedazos: Divida las tareas en trabajos más pequeños. *Pista: No espere hasta la noche del jueves para estudiar para un examen el viernes. Empiece el lunes y estudie diez minutos cada noche.*



Recursos:

Richards, Regina G., Tool Kit for Parents: Being an Efficient Homework Helper, 2004. (www.idonline.org)

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com