

Artículo publicado en la Revista Familia el día domingo 21 de abril.

### CONSEJOS PARA EL ÉXITO ACADÉMICO DE SU HIJO

Hay muchas cosas que los padres pueden hacer para ayudar a sus hijos a tener éxito en sus vidas y todas empiezan en el hogar.

Para comenzar, los progenitores deben tener conocimiento de las actividades escolares que realizan sus hijos, establecer una rutina consistente y asegurarse de que ellos descansen lo suficiente.

Todos estos son consejos que les ayudará a sobresalir en sus estudios y en sus actividades extracurriculares. Además, los padres que se involucran en la educación de sus hijos, ayudan también a promover la experiencia del aprendizaje.

- 1. INICIAR UNA RUTINA PARA LAS TAREAS.** Establezca un horario determinado para que sus hijos hagan las tareas diariamente. Si no hubiere una tarea asignada para un día determinado, motive a su hijo a estudiar y a revisar las materias que verán esa semana. El revisar permanentemente la información ayuda a grabar los conocimientos en la memoria de los niños y esto, por supuesto, también les ayuda a conseguir un mayor y mejor acercamiento a sus lecciones.
- 2. DORMIR ES IMPORTANTE.** Esto permite que el cerebro se recargue. Si su hijo o hija no duerme lo suficiente, esto afectará a su desenvolvimiento en la escuela y fuera de ella. El sueño es necesario para que el cuerpo funcione adecuadamente, hay que asegurarse de que los niños duerman al menos 8 horas cada noche.
- 3. INTERESARSE POR LOS CONOCIMIENTOS ACADÉMICOS DE SUS HIJOS.** Pudiera haber pasado mucho tiempo desde que los padres estuvieron en las aulas, pero eso no significa que no estén en capacidad de revisar las tareas y también de ayudarles cuando lo necesiten. Leer con los hijos es una buena manera de despertar su interés por el aprendizaje y es también una excelente idea de pasar juntos un tiempo de calidad de una forma fácil y muy personalizada.
- 4. AYUDE A SUS HIJOS A ORGANIZARSE.** Cuando de actividades escolares se trata, la organización es vital. Ayude a sus hijos a llevar horarios y planificaciones para registrar las tareas que deben hacer diariamente. Es conveniente también mantener un calendario con los horarios y tareas. Esto ayudará a que no se olviden de realizar un deber y además establecerá una rutina diaria de estudios de las diversas materias.
- 5. REUNIRSE CON LOS MAESTROS.** Conviene conversar con los maestros de los hijos para dialogar sobre sus progresos y conocer sus dificultades y así poder ayudarles. Hay que solicitar a cada maestro que sugiera actividades para que padres e hijos las realicen en casa porque pueden ser de gran ayuda para prepararse para los exámenes y para que los hijos comprendan más y mejor su trabajo escolar.
- 6. ANIMAR A LOS HIJOS.** El elogio por las cosas que hacen bien es muy importante. Cuando los hijos se sienten bien consigo mismos pueden dar su mejor esfuerzo. A quienes les atemoriza el fracaso y por tanto se sienten ansiosos cada vez que tienen que tomar un examen, conviene ayudarles a comprender que si estudian y se preparan no tienen por qué temer ni pensar que cometerán más errores debido al miedo. Los padres pueden ayudarles muchísimo a levantar su autoestima y, por ende, a mejorar su desempeño.

Deben elogiarle por las cosas que puede hacer bien. Si su hijo se siente bien, podrá dar su mejor esfuerzo. A los niños que les atemoriza el fracaso es más probable que les atormente la ansiedad al tomar un examen y que cometan más errores.

Ayudar a sus hijos a tener éxito en la escuela es una de las tareas más grandes e importantes que tienen los padres. Si no se establece una rutina en el hogar, pudiera ser muy fácil para un niño perder interés en el trabajo escolar. No dormir lo suficiente y no ser organizados puede afectar a los niños en su funcionamiento escolar también. Al seguir los consejos más importantes, los padres podrán ayudar al éxito académico de sus hijos.