

# Los Padres<sup>TM</sup>

*¡aún hacen la diferencia!*

Pinon Mesa Middle School  
Home of the Wolverines



## Inspire el interés de su estudiante por las ciencias y las matemáticas

A veces, las ciencias y las matemáticas tienen una mala reputación entre los escolares de intermedia. Muchos creen que simplemente “no son buenos” en esas materias.

Pero cuando los niños hacen algunas actividades prácticas de ciencias, tecnología, ingeniería y matemáticas (las materias STEM, por sus siglas en inglés), suelen disfrutarlas.

Si su estudiante cree que no le agradan las ciencias y las matemáticas:

- **Miren programas de ciencias y tecnología juntos.** Busque programas y juegos sobre ciencias para niños de todas las edades en YouTube o Common Sense Media.
- **Diríjense a la cocina.** Cocinar implica usar tanto las matemáticas como la química. ¡Y se pueden comer el resultado! Mientras cocina con su hijo, hágale preguntas como las siguientes: “¿Por qué crees que el

agua hierve cuando se calienta?”

“¿Qué sucedió cuando nos olvidamos de añadirles polvo de hornear a las galletas?” “¿Cuánta harina necesitamos para duplicar esta receta?”

- **Visiten un museo** de ciencias naturales o un centro de ciencias de manera presencial o virtual. Su hijo puede buscar muestras relacionadas con las materias STEM, aprender sobre la historia de la tecnología y descubrir cómo se hicieron las cosas.
- **Señale el valor del proceso.** Cuando su hijo de intermedia está aprendiendo algo nuevo en una clase, suele ser difícil al principio. Por lo tanto, no se centre en la calificación que obtiene. En cambio, ayúdelo a enfocarse en *lo que está aprendiendo* y en las nuevas habilidades que está desarrollando.

Fuente: M. Pinola, “How to Get Your Kids Interested in STEM (Without Forcing It on Them),” LifeHacker.

## Ayude a su hijo a repuntar luego de una calificación baja



Es normal estar molesto si su hijo trae a casa una calificación baja. Pero mostrar su frustración y su enojo no lo ayudará a obtener mejores calificaciones. En cambio:

- **Ponga las calificaciones en perspectiva.** Las malas calificaciones pueden disminuir la confianza de su hijo. Asegúrese de que sepa que las calificaciones son importantes, pero que *no* miden lo que vale.
- **Enfóquese en lo positivo.** Hable sobre lo que hizo bien su hijo, en una materia académica u otra actividad. Pregúntele de qué se siente más orgulloso.
- **Busque causas posibles.** Las malas calificaciones reflejan un problema. Pregúntele a su hijo cuál cree que es el problema. A veces, el problema no es la capacidad académica sino los malos hábitos de estudio y los nervios por los exámenes.
- **Establezca metas realistas** para mejorar. No espere que todas las calificaciones de su hijo sean A si actualmente solo obtiene C.
- **Contacte a los maestros.** A veces, los estudiantes dan lo mejor de sí mismos e igualmente les va mal. O les echan la culpa a los maestros por sus problemas. Para reunir más información, pídale a los maestros de su hijo su opinión sobre lo que está sucediendo.

## Los consejeros de intermedia pueden ayudar de muchas maneras



Los consejeros se están esforzando para ayudar a todos los estudiantes a aprender de manera productiva durante este año tan desafiante. Están capacitados para ayudar a los niños y a sus familias con una gran variedad de problemas.

Contacte al consejero si su hijo necesita ayuda para:

- **Establecer metas académicas.**
- **Elegir clases** que lo prepararán para otras clases en el futuro.
- **Adquirir habilidades de estudio.**
- **Volver a encaminarse** luego de enfrentar problemas académicos.
- **Resolver problemas con amigos.** Esto puede incluir sesiones de mediación u orientación para su hijo o un grupo pequeño.

- **Fortalecer las destrezas** para lidiar con situaciones de acoso o el dolor.
- **Hacer planes para la escuela** secundaria y las siguientes etapas.
- **Conectarse con organismos** comunitarios en tiempos de crisis.
- **Buscar más profesionales** para obtener ayuda con temas académicos y personales.

**Fuente:** "The Essential Role of Middle School Counselors," American School Counselor Association.

**"Puedes hacer cualquier cosa siempre y cuando tengas la pasión, el impulso, el enfoque y el apoyo".**

—Sabrina Bryan

## El servicio a la comunidad fomenta el aprendizaje y desarrolla destrezas



Los estudios revelan que los niños que participan del servicio comunitario obtienen mejores calificaciones y tienen un mayor interés en la escuela que quienes no lo hacen. Los voluntarios suelen tener una actitud positiva sólida sobre ellos mismos y su lugar en la sociedad.

Los estudiantes que trabajan como voluntarios:

- **Son menos propensos** a asumir riesgos peligrosos, como consumir drogas.
- **Tienen la autoestima más alta**, son más responsables y se sienten más conectados con su comunidad.
- **Tienen destrezas sociales sólidas.**
- **Tienen más probabilidades** de no abandonar la escuela, asisten a clases con regularidad y tienen un buen desempeño escolar.
- **Aprenden habilidades valiosas**, por ejemplo: a interactuar con distintos tipos de personas, resolver problemas y cumplir con sus compromisos.

- **Conocen personas interesantes**, como directores de organizaciones o empresas. Estos contactos podrían servirle como referencia en el futuro. Anime a su hijo a involucrarse y beneficiarse de ser voluntario. Su hijo podría:
- **Crear conciencia** sobre una causa en redes sociales.
- **Organizar una campaña** para limpiar un lugar al aire libre, como un parque o un patio de juegos.
- **Investigar sobre organizaciones** que podrían ayudarlo a comenzar una huerta comunitaria.
- **Organizar una colecta de libros** y distribuir libros en buen estado a bancos de alimentos locales.
- **Juntar objetos** para que alguna organización los distribuya a familias de bajos ingresos.
- **Ayudar a alguna mujer** que haya tenido un bebé recientemente o a un vecino de edad avanzada con las tareas domésticas.

**Fuente:** "Civic Engagement: Benefits for Youth," Youth.gov.

## ¿Sigue remarcando la importancia de asistir a clase?



La ausencia de los estudiantes a clase ha aumentado este año. A su vez, esto aumenta las probabilidades de que los niños se retrasen. Para que su hijo se mantenga encaminado, es necesario que asista a todas las clases.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguar si usted está haciendo todo lo que está a su alcance para alentar a su hijo a asistir a clase con frecuencia y a ser puntual:

- \_\_\_ **1. ¿Ha dejado claro** que asistir a clase es la primera prioridad de su hijo hasta fin de año?
- \_\_\_ **2. ¿Evita permitirle** a su hijo faltar a clase a menos que esté enfermo o haya una emergencia?
- \_\_\_ **3. ¿Hace hincapié** en que su familia no tolera las ausencias a clase?
- \_\_\_ **4. ¿Anima** a su hijo a tomar medidas que lo ayudarán a ser puntual, como usar una alarma?
- \_\_\_ **5. ¿Trabaja** con la escuela para asegurarse de que le avisen si su hijo falta a clase?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está dejándole claro a su hijo lo importante que es que asista a clase. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas del cuestionario.

Escuela Intermedia  
**Los Padres**  
*¡aún hacen la diferencia!*

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1321

Para obtener información llame o escriba a:  
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,  
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.  
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: [www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2021, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

# Las ‘películas mentales’ pueden mejorar la comprensión lectora



Su hijo leyó el texto asignado, pero no puede recordar los detalles. Sin embargo, puede recordar todos los detalles

del programa de Netflix que miró anoche.

¿Le suena? A muchos estudiantes de intermedia les resulta difícil concentrarse en las palabras que leen. Crear una “película mental” puede ayudarlos a recordar mejor el material.

Para mostrarle a su hijo cómo hacer una película mental:

1. **Elija un poema o un cuento** que esté repleto de lenguaje rico en imágenes sensoriales. El poema “The Midnight Ride of Paul Revere” de Longfellow es una buena opción.
2. **Busque imágenes en internet** que preparen la escena y muéstreles a su hijo. (La Iglesia Old North todavía puede visitarse en Boston).

3. **Lea el texto en voz alta.** Mientras lee, pídale a su estudiante de intermedia que imagine cómo sería si fuera una película. Tal vez quiera cerrar los ojos para visualizarlo.

4. **Pídale que le diga lo que vio.** También podría hacer un par de dibujos de una de sus escenas favoritas.

Luego, anime a su hijo a intentar este mismo enfoque con la lectura asignada. Ayúdelo a imaginar la escena antes de leer acerca de George Washington. ¿Cuánto frío hacía en Valley Forge? ¿Puede imaginar la Batalla de Yorktown?

Estas imágenes mentales lo ayudarán a prestar atención a los detalles. Recordará el conflicto entre los personajes. Y recordará lo que leyó.

**Fuente:** D. Wilson y M. Conyers, “Brain Movies: When Readers Can Picture It, They Understand It,” Edutopia.

## Estrategias útiles para que su estudiante retenga lo que aprende



Puede ser difícil para los estudiantes recordar lo que han aprendido. Esto ocurre porque el cerebro humano está programado

para olvidar.

Para ayudar a su estudiante de intermedia a recordar lo que estudia:

- **Asegúrese de que comprenda** el material. Es difícil memorizar algo que no entendemos.
- **Haga que el aprendizaje sea personal.** Pídale a su hijo que le explique el tema que está estudiando. El simple hecho de contarle con sus propias palabras podría ayudarlo a memorizarlo.
- **Conviértalo en música.** Anime a su hijo a inventar una melodía o una rima simple para recordar nombres, fechas o fórmulas matemáticas.
- **Anímelo a hacer un dibujo** o un diagrama sobre la información. Puede utilizar palabras para el epígrafe.
- **Facilítele material.** Su hijo, ¿está estudiando un tema específico de historia? Busque libros, películas y canciones sobre ese tema. Busque videos entretenidos en YouTube que expliquen los conceptos difíciles.
- **Sea minucioso.** Recuérdele a su hijo que lea todos sus apuntes de clase cuando esté estudiando. Luego, puede volver atrás y tratar de recordar y repetir la información que estudió.
- **Dígale que duerma.** El cerebro procesa y almacena información mientras dormimos. Sugiera a su hijo que repase información importante antes de ir a dormir.

**P:** Mi hijo se está juntando con algunos niños no tan agradables este año, y me temo que cederá ante la presión de sus compañeros y dejará de ser agradable él también. ¿Qué debería hacer?

### Preguntas y respuestas

**R:** Sin duda, hable con su hijo, pero no necesariamente sobre un amigo en particular. En cambio, hable sobre él y sus amigos en general. Hágale preguntas como las siguientes:

- ¿Qué intereses comparten?
- ¿Qué disfruta su hijo de juntarse con ellos?
- ¿Qué valores comparten?
- ¿Cómo lo hacen sentir?

Tal vez estos amigos lo hagan sentirse más maduro. O puede ser que, al igual que usted, su hijo no esté tan cómodo con la manera en la que actúan, pero no sabe qué hacer al respecto.

Luego de esa primera conversación, siga estos pasos para guiarlo en esa tarea difícil:

- **Evite hacer comentarios críticos.** Menospreciar a sus amigos o insultar su educación, sus padres, etc. puede hacer que su hijo sienta la necesidad de defenderlos.
- **Haga preguntas orientativas.** “Parece que Jonathan fue bastante grosero con el maestro hoy. ¿Cómo te sentiste cuando actuó de esa manera?” Este tipo de preguntas amplias podría animar a su hijo a abrirse.
- **Apóyelo.** Comprenda que su hijo no es débil porque se vea afectado por la presión de sus compañeros. Hágale saber que estos problemas pueden ser complicados y que lo ayudará a resolverlos.
- **Sea firme.** Si usted tiene dudas reales sobre algunos de sus amigos, entonces es hora de intervenir. Al menos, supervise el tiempo que su hijo pasa con ellos.

# Enfoque: desarrollar el respeto

## El respeto por uno mismo ayuda a respetar a los demás



El respeto por uno mismo es esencial para los estudiantes de intermedia. Un niño que se respeta a sí mismo cree en su valor como persona. Sabe que merece ser tratado de manera justa y amable. Y sabe que no sería propio de él tratar a los demás de otra manera.

Para alentar el respeto de su hijo por sí mismo:

- **Ayúdelo a resistir** la presión negativa de sus compañeros. Hable sobre las maneras en las que su hijo podría evitar situaciones que sabe que no son adecuadas para él.
- **Mantenga una actitud positiva.** Todos encontramos piedras en el camino. Son temporales. Anime a su hijo a volver a empezar luego de un contratiempo.
- **Señale sus fortalezas** y explique que cada uno tiene distintas fortalezas y puntos débiles. Ser consciente de eso puede ayudar a su hijo a controlar sus sentimientos de celos. La capacidad de alegrarse por los demás, en lugar de sentir celos, es una parte importante del respeto por uno mismo.
- **Tome una postura firme** contra la drogadicción. Dígale a su hijo que el respeto por sí mismo incluye el respeto por su propia seguridad y salud.
- **Dé un ejemplo** de respeto por usted mismo. Recuerde hablar sobre usted mismo de manera positiva. Sea honesto y cumpla sus compromisos. Perdónese a usted mismo por los errores que cometa. Cuide su salud y la de sus afectos.

**Fuente:** Sean Covey, *The 7 Habits of Highly Effective Teens*, Fireside.

## Preste atención a la manera en la que le habla a su hijo de intermedia

Probablemente le hable a sus amigos y colegas con respeto. Pero ¿ha prestado atención a la manera en la que le habla a su hijo?

Es normal que los miembros de la familia bajen la guardia unos con otros y hablen de una manera más informal que con los demás. Pero si esa forma de hablar roza la falta de respeto, se verán perjudicados tanto su hijo como usted mismo.

Si le habla de manera irrespetuosa a su hijo, él no aprenderá a hablar con respeto, ni con usted ni con nadie más. Estos son algunos consejos:

- **Establezca un tono positivo.** Decir “Hola, cariño” o simplemente “Buen día” es una manera fácil de comenzar.
- **Considere los sentimientos.** Si sabe que su hijo ha tenido un día difícil en la escuela, no lo regañe por no haber tendido la cama. Comente los problemas cuando su hijo se sienta mejor.



- **Sea atento.** Quite los ojos del teléfono cuando su hijo le hable. Mírelo a los ojos. Si está conduciendo, claramente tiene que mirar la carretera. Anime a su hijo a hablar con usted de todos modos. Muchas de las buenas conversaciones entre padres e hijos suceden en el carro.

## Ayude a su hijo de intermedia a desarrollar un sentido de respeto



Usted se esfuerza por respetar a su hijo, pero ¿insiste en que él también le muestre respeto? Si no es así, es el momento de comenzar.

Para desarrollar el respeto de su hijo por usted, sí mismo y los demás:

- **No deje que sea siempre el centro.** ¿La vida de su hogar gira alrededor de sus actividades, sus logros y sus deseos? No debería. Si su hijo siempre necesita estar en primer lugar, es posible que no aprenda a respetar que las demás personas también tienen necesidades.
- **Conténgase de aplaudir.** Está bien felicitar a su hijo cuando le va bien, pero no se entusiasme con cada logro. En cambio, resérvese los mayores elogios para los momentos en los que su hijo se esfuerce al máximo y trabaje arduamente.
- **Permítale experimentar** la decepción. Usted no podrá evitarle a su hijo todos los problemas de la vida, y tampoco debería hacerlo. Abrácelo y ayúdelo a superarlos. Es probable que se respete a sí mismo por salir adelante y que lo respete a usted por mostrarle que podía lograrlo.