

Los Padres

Chelan Middle School

¡aún hacen la diferencia!



Ayude a su estudiante a ponerse metas académicas o a renovarlas

Ahora que el año escolar ha comenzado hace tiempo, es probable que usted y su hijo tengan una idea más clara de cuáles son sus fortalezas y qué debe mejorar.

Durante el receso de invierno, tómese un tiempo para ayudar a su hijo a trazarse metas para lo que resta del año escolar. Si bien debe ser él quien establezca sus metas, su apoyo y orientación lo ayudarán a alcanzar el éxito.

Anime a su hijo a seguir estos cinco consejos:

1. **Ser realista.** Si tuvo dificultades en el pasado, es posible que mejorar todas las calificaciones y solo obtener A en un trimestre no sea una meta realista. Anímelo a identificar sus necesidades más importantes y establezcan metas para mejorarlas.
2. **Escribir las metas.** Un estudio reveló que cuando las personas escribían sus metas, tenían un 33 por ciento

más de probabilidades de alcanzarlas que aquellas que no las escribían.

3. **Planificar.** Alcanzar metas requiere visión, esfuerzo y tiempo. Si mejorar la calificación de ciencias requerirá 30 minutos adicionales de estudio todas las noches, su hijo podría necesitar reducir el tiempo que le dedica a otras actividades.
4. **Verificar sus avances** cada algunas semanas. ¿Cómo le está yendo? ¿Qué cambios debería hacer, si es que es necesario?
5. **Repasar sus metas** al final del próximo período de calificación. Su hijo debería idear un plan de mantenimiento para las metas que logró cumplir, un plan de acción para las que no cumplió y un plan de exploración para las nuevas metas.

Fuente: M. Price-Mitchell Ph.D., "Goal-Setting Is Linked to Higher Achievement," *Psychology Today*, Sussex Publishers, LLC.

Deléguele las responsabilidades escolares a su hijo



Los escolares de intermedia no se convierten en adultos jóvenes responsables de la noche a la mañana.

Pero es posible que directamente no lo logren si sus padres siempre hacen todo por ellos.

En general, los estudiantes de los grados intermedios son capaces de asumir la responsabilidad de:

- **Preparar los almuerzos.** Dele a su hijo una lección sobre cómo preparar su lonchera. Explíquelo algunas reglas básicas sobre qué se puede incluir y qué no, e insístale que prepare su almuerzo la noche anterior, incluso si está aprendiendo de manera virtual.
- **Despertarse a tiempo.** Muéstrela a su hijo cómo poner un despertador. Por la mañana, permita que se despierte con la alarma. (Actúe como su "alarma de respaldo" hasta que logre despertarse con el despertador sin problema). Si se apresura a presionar "posponer" y dormirse de nuevo, pídale que coloque el reloj al otro lado de la habitación, lejos de su cama, para que tenga que levantarse para apagarlo.
- **Llevar un registro de los trabajos.** Pregúntele a su hijo sobre la tarea, pero no le haga preguntas constantemente sobre su progreso. Deje en claro que entregar los trabajos puntualmente es la responsabilidad de él.

No caiga en la trampa de ser el amigo de su hijo en vez de su padre



Su estudiante de la escuela intermedia está creciendo frente a sus ojos y tal vez parezca un adulto joven más que un niño. Pero recuerde: Sigue siendo su hijo y no su compañero. Necesita que usted sea el adulto responsable, y debería respetarlo a usted y respetar sus reglas.

Para evitar caer en la trampa de la relación de amistad:

- **Exíjale a su hijo** que sea respetuoso con usted y con otros adultos. No siga una conversación con él si está siendo grosero. Aléjese y dígame que aceptará hablar con él cuando esté listo para hablar de manera respetuosa.
- **Insístale a su hijo** que continúe siguiendo sus reglas. Los niños de intermedia no necesitan una lista larga de reglas; solo hay unas pocas reglas importantes que

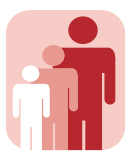
deben seguir, ya sea en casa o en otro lugar.

- **No intente ser el “padre relajado”** del vecindario. Sea amable y atento con su hijo y sus amigos, pero recuerde que usted no “es uno de la banda”. Los niños pierden el respeto por los padres que actúan como niños.
- **No tome decisiones** pensando en lo que le agradecería a su estudiante de intermedia y a sus amigos. Es importante que siempre confíe en usted mismo como adulto y tome decisiones consecuentemente.

“El niño proporciona el poder, pero los padres están a cargo de la conducción”.

—Benjamin Spock

Reconocer el acoso no siempre es fácil para los escolares de intermedia



Tal vez piense que es fácil para los niños reconocer el acoso escolar. Sin embargo, en la estructura de la escuela intermedia, no es tan simple. Eso sucede porque los estudiantes de intermedia suelen ser mucho más indulgentes si el acosador es uno de los niños populares.

Cuando hable con su hijo sobre el acoso escolar, anímelo a:

- **Centrarse menos en quién** está acosando y más en *qué* está sucediendo. ¿Las acciones son peligrosas o hirientes? ¿Las palabras son crueles o tienen la intención de provocarle a alguien tristeza, miedo o vergüenza? De ser así, hay acoso escolar, incluso si quien lo ejerce es alguien que les agrada a todos y la víctima es alguien que no tiene muchos amigos.

- **Pensar** en cómo se sentiría si estuviera en el lugar de la víctima. ¿Sería diferente para su hijo si el acosador fuera un estudiante popular? ¿O se sentiría herido independientemente de quién fuera el acosador? Animar a su hijo a “ponerse en los zapatos de los demás” es un paso importante para desarrollar la empatía.
- **Reaccionar adecuadamente.** Su hijo *nunca* debería ser un espectador. Quedarse observando —o, peor aún, reírse junto con el acosador— es casi tan dañino como el acoso en sí. Su hijo debería pedirle al acosador que se detenga o alejarse y avisarle a un adulto de inmediato.

Fuente: *Bullying—Engaging Parents, Students and Staff in Your Anti-Bullying Program*, The Parent Institute.

¿Sabe usted cómo hablar sobre asuntos difíciles?



Los escolares de intermedia suelen enfrentarse a algunas situaciones difíciles, desde que les ofrezcan alcohol hasta sentirse presionados por un amigo para faltar clase. ¿Está ayudando a su hijo a enfrentar los problemas difíciles que tiene por delante? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Habla** sobre las situaciones difíciles a las que su hijo podría tener que enfrentarse *antes* de que sucedan?
2. **¿Ayuda** a su joven a practicar distintas maneras de decir *no*? “¡Mi mamá me mataría!” es uno de los recursos favoritos.
3. **¿Le ha dicho** a su hijo que espera honestidad de su parte, especialmente cuando se trata de asuntos serios?
4. **¿Le comunica** sus valores a su hijo? Recuerde: Los valores se *transmiten*, no se *enseñan*.
5. **¿Crea** oportunidades todos los días para hablar con su hijo? Las conversaciones informales suelen allanar el camino para las pláticas más serias.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está teniendo conversaciones positivas con su hijo sobre asuntos difíciles. 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.

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.

Dele a su hijo oportunidades de hacer contribuciones valiosas



El mito de que los estudiantes de intermedia son holgazanes es tan solo eso: un mito. Lo cierto es que los adolescentes quieren ser útiles y sentir que sus contribuciones importan.

Ayude a su hijo a encontrar maneras de contribuir a la comunidad todo el año. No solo lo hará sentirse bien consigo mismo, sino que podría ayudarlo a desarrollar su sentido de responsabilidad con respecto a las personas que lo rodean.

Su hijo podría:

- **Sumarse a una organización de servicio.** Ya sean nacionales o locales, las organizaciones de servicio pueden ser lugares perfectos para que los estudiantes de intermedia marquen la diferencia y se relacionen con otros estudiantes que comparten intereses similares.
- **Ser un vecino amable.** ¿Su vecino mayor está confinado en su casa

por la última nevada? Pídale a su hijo que tome una pala y ponga manos a la obra. También podría sacar la basura de un vecino enfermo. Señale maneras en las que su hijo podría tomar la iniciativa y contribuir. Las acciones responsables contribuyen al bienestar general de su comunidad.

- **Apoyar una causa.** Podría reunir donaciones para el refugio local u organizar una venta de pasteles para recaudar fondos para una organización benéfica. Ayúdelo a investigar y armar un plan.
- **Escribir cartas de agradecimiento.** Anime a su hijo a escribir una nota de agradecimiento a un servidor público, como un bombero. ¡Aprenderá lo bien que se siente cuando un miembro responsable de la sociedad aplaude a otro!

Fuente: E. Medhus, M.D., *Raising Everyday Heroes: Parenting Children to Be Self-Reliant*, Beyond Words Publishing.

Jugar a juegos de mesa desarrolla habilidades y fomenta el aprendizaje



Durante la cuarentena, muchas familias jugaron juegos de mesa por diversión. Pero ¿sabía que también refuerzan habilidades que inspiran el aprendizaje y el pensamiento? Estos juegos les dan a los niños la oportunidad de:

- **Seguir instrucciones.** Los estudiantes de la escuela intermedia todavía deben practicar esta habilidad; ¡pregúntele a cualquier maestro de intermedia si es así!
- **Usar la lógica, el razonamiento y las estrategias.** Para lograr el éxito con muchos juegos, su hijo deberá decidir qué movimiento hacer o qué carta jugar. Este tipo de decisiones serán útiles en clases avanzadas de matemáticas y ciencias.
- **Leer, escribir, deletrear** y mejorar el vocabulario. Algunos juegos de mesa

tienen como objetivo crear palabras y crucigramas. Para otros, su hijo deberá leer y comprender preguntas o pistas.

- **Crear e identificar patrones.** Aprender a reconocer, recordar y aplicar patrones está directamente relacionado con el éxito en matemáticas.
- **Concentrarse y prestar atención.** Turnarse, planear estrategias y controlar a los oponentes requiere concentración y atención. Su hijo fortalecerá estas habilidades mientras juega.
- **Negociar y comunicarse.** Algunos juegos de mesa, como el Monopoly, requieren que los jugadores negocien y formen alianzas para avanzar. Jugar a estos juegos les enseña a los niños cómo colaborar con otros.

P: Sé que la asistencia es importante, pero estamos planificando un viaje para las fiestas, y mi estudiante de séptimo grado faltará a la escuela durante una semana. ¿Cómo puedo evitar que se retrase?

Preguntas y respuestas

R: En primer lugar, échele un vistazo a su itinerario. ¿Es posible modificar sus planes para que el viaje se limite al receso escolar? Esa es la única manera de asegurarse de que su hijo no se pierda aprendizajes importantes.

Sin embargo, si las fechas de su viaje son inamovibles, estas son tres cosas que podría hacer para ayudar a su estudiante de intermedia a mantenerse al día:

1. Hable con sus maestros.

Explíquelo la situación a cada uno de ellos con anticipación. Si están pensando asignar lecturas u hojas de ejercicios justo después del receso, fíjese si su hijo puede comenzar ahora. Averigüe qué maestros actualizan los sitios web del salón de clases y fíjese si su hijo puede seguir la lección de cada día a distancia. Pero tenga en cuenta lo siguiente: Los maestros no tienen la obligación de adaptarse a su cronograma de vacaciones.

2. Enfóquese en el aprendizaje

mientras esté lejos. Considere el viaje como una oportunidad de aprendizaje. Explore museos y atractivos culturales o históricos y coméntenlos en familia. Trate de involucrar a su hijo en actividades educativas a las que podría no tener acceso en casa.

3. Destine tiempo a la lectura y escritura.

Incluso si su hijo no tiene trabajos para completar oficialmente mientras no esté asistiendo a clase, insístale que lea por placer y que escriba sobre su viaje en un cuaderno. ¡Descansar de la escuela no debería implicar descansar del aprendizaje!

Enfoque: tarea y estudio

Sugerencias útiles para dominar el material de lectura



En la escuela intermedia, se le pide a su hijo que lea materiales más complejos. Esto podría ser difícil para muchos

estudiantes. Recuerde que leer es una habilidad que se aprende y, como cualquier otra habilidad, puede mejorarse con la práctica.

Para ayudar a su estudiante de intermedia a que le vaya mejor con las tareas de lectura:

- **Anímelo a leer por placer** con frecuencia. Cuanto más lea su hijo, más podrá leer con facilidad y precisión. Esto se llama *fluidez*, y es un paso importante para lograr la comprensión lectora.
- **Enséñele a leer de manera activa.** Mirar las palabras en la página no es suficiente para muchos estudiantes. Necesitan estar concentrados e involucrarse en el contenido. Tomar apuntes durante la lectura es la actividad perfecta para sugerirle. Tomar apuntes muchas veces mejora la comprensión lectora. Incluso es más eficaz si su hijo estudia sus apuntes luego de leer. También puede usar tarjetas o notas adhesivas para marcar páginas importantes.
- **Céntrese en el vocabulario.** Una razón por la cual los textos de la escuela intermedia y las obras de ficción son difíciles es que presentan vocabulario desconocido. Dígale a su hijo que no salte palabras. Cuando se llegue a una palabra que no conozca, debería detenerse y buscar la definición. Luego, debería escribir la palabra y su definición en una tarjeta.

Fuente: "Middle School Reading: Improving Your Seventh and Eighth Grader's Reading Comprehension," Math & Reading Help, American Library Association.

Las estrategias para los exámenes pueden mejorar los puntajes

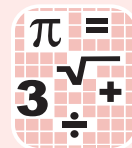
Los exámenes estandarizados son una parte necesaria de la educación. La próxima vez que se acerque uno de estos exámenes, ayude a su hijo a prepararse compartiendo estas estrategias para rendir exámenes:

- **Responder las preguntas** más fáciles primero si pueden responderse en cualquier orden. Cuando termine esas preguntas, podrá centrarse en las más complicadas.
- **Leer la pregunta completa.** Si el examen es por tiempo, su hijo tal vez sienta la tentación de terminarlo rápidamente. Recuérdele que debe reducir la velocidad y leer las preguntas con atención.
- **Detectar palabras clave** en las preguntas. Debería observar palabras clave tales como *incluyendo*, *excepto* y *comparar*. Ayudan a definir qué se está preguntando.
- **Considerar cada respuesta** disponible. Aunque su hijo esté seguro de que su primera respuesta



- es la correcta, debería leer el resto. Es posible que otra pregunta sea más exacta.
- **Hacer una suposición** fundamentada. Debería descartar las respuestas que claramente son incorrectas y elegir entre las opciones restantes.

Muestre cómo aprovechar las matemáticas de la intermedia



Muchos estudiantes pasan a preálgebra o álgebra en la escuela secundaria. Incluso si su hijo no está tomando esas clases, estará expuesto a algunos de los conceptos. Para preparar a su hijo para dar lo mejor de sí mismo en matemática avanzada, anímelo a:

- **Aprovechar al máximo** las horas de clase. Debería prestarle atención al maestro, tomar apuntes y seguir la clase con el material impreso que le entreguen.
- **Repasar los apuntes de clase** todos los días, aún si el maestro no asigna

tarea. Los estudiantes aprovechan más los apuntes cuando tienen la clase fresca en la cabeza.

- **Buscar en el libro de texto.** Debería buscar problemas de ejemplo extra y leer explicaciones para resolverlos.
- **Pedir ayuda.** Nadie debería hacer la tarea de su hijo que no sea él. Pero, si conoce a un amigo o a un miembro familiar que sepa los conceptos, puede pedirle una demostración.
- **Hablar con el maestro** de inmediato si no entiende algo. Debería preguntar qué ayuda adicional hay disponible.