

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Estudiantes a Salir Mejor en la Escuela



Mayo 2021

Sierra Charter School

El éxito en los proyectos grandes requiere gestión y motivación

Es probable que su joven enfrente uno o dos proyectos a largo plazo más antes de que termine el año escolar oficialmente. Para muchos estudiantes, estos trabajos son obstáculos intimidantes que se interponen entre ellos y las vacaciones de verano.

Organizarse y trabajar paso por paso ayudará a su joven a tomarse estos proyectos con calma. Para apoyarlo:

- **No reaccione exageradamente**, sin importar qué tan poco tiempo quede para la fecha de entrega del proyecto. Esto solo irritará a su joven.
- **Dígale a su joven que marque** la fecha de entrega en el calendario. Luego dígale que marque los días en los que no podrá trabajar en él. Así podrá ver exactamente cuánto tiempo (y qué días) tiene disponible para hacerlo.
- **Ayúdelo a dividir** el trabajo en pasos pequeños. Anímelo a establecer un plazo para cada paso comenzando por la fecha de entrega.
- **Apóyelo**. Desde ya, no puede hacer el trabajo por su joven, pero si pide un libro de la biblioteca, usted puede retirarlo. Puede leer su trabajo o escuchar su presentación y hacer comentarios constructivos.
- **Motívelo**. Simplemente preguntarle "¿Cómo viene el proyecto?" o decirle "Sé que harás un estupendo trabajo", puede ayudar a su joven a mantener el impulso. También podría pegar una nota que diga "¡Te falta poco!" en su espejo.



No afloje al final

A medida que este año escolar desafiante llega a su fin, usted y su joven podrían sentir el deseo de comenzar las vacaciones de verano temprano. Pero ¡todos los días cuentan! Para mantener a su joven enfocado, supervise:

- **La asistencia**. Su joven debe asistir a todas sus clases.
- **Los trabajos**. No deje que aplace sus proyectos o el estudio para los exámenes.

¿Qué aparecerá en el examen?

Crear exámenes de práctica es una estupenda manera de estudiar. A medida que su joven revise el material, dígale que escriba preguntas que pidan:

- **Una lista**. "Enumerar cinco motivos por los que los primeros colonos se expandieron hacia el oeste".
- **Diferencias**. "¿Cómo se diferenciaba la vida de los colonos en las colonias de Nueva Inglaterra con la vida en las colonias del sur?"
- **Ejemplos**. "Dar tres ejemplos de ironía en los cuentos que leíste".

Luego anímelo a escribir las respuestas.



Leer por placer es beneficioso

Es probable que su joven tenga lectura asignada para el verano. Pero no deje que eso sea lo único que lea. Anímelo a leer material que él mismo escoja. Los estudiantes que leen lo que desean son más propensos a seguir leyendo.

- Perdersen en un libro entretenido:
- **Promueva la perseverancia**. La mayoría de los jóvenes no pueden terminar un libro en una sola sesión de lectura. Eso significa que tienen que determinar maneras de completar otras tareas que deben realizar para poder continuar leyendo el libro.
 - **Fomenta la imaginación**. Leer sobre otro mundo o "ver" su propio mundo a través de los ojos de otra persona ayuda a los jóvenes a convertirse en pensadores más creativos.
 - **Ejercita las habilidades**. Leer regularmente durante el verano ayuda a su joven a mantener afiladas sus habilidades de lectoescritura.
- Para encontrar libros que le agradan, su joven podría pedirles sugerencias a sus amigos, preguntarle a un bibliotecario qué libros son populares entre los jóvenes, o buscar reseñas de otros lectores de su edad en sitios web como Goodreads.com.

Sienta el efecto de la gratitud

Los estudios revelan que los estudiantes que se sienten agradecidos suelen participar más en la escuela y obtener mejores resultados del aprendizaje. Para promover este sentimiento, sugiérale a su joven que escriba regularmente un diario de gratitud. Podría escribir sobre temas como:

- **Una relación** que lo ayudó a crecer.
- **Una oportunidad** que tuvo recientemente.
- **Algo estupendo** que le sucedió a él o un amigo.
- **Una característica** personal que agradece tener.



Fuente: R.B. King y J.A.D. Datu, "Grateful students are motivated, engaged, and successful in school," *Journal of School Psychology*, Elsevier.



¿Cómo puedo ayudar a mi joven a volver a encarrilarse?

P: Mi hijo faltó a muchas clases este año. Ahora corre el riesgo de reprobado dos clases, y dice que quiere darse por vencido y abandonar la escuela. ¿Qué puedo hacer?

R: Tal vez su joven piense que se ha atrasado demasiado y que ya no podrá ponerse al día. Pero él no es el único estudiante que no ha rendido bien o que se ha sentido desconectado de la escuela este año; y *sí hay* una manera de que vuelva a encarrilarse. No espere. Dé estos pasos con su joven ahora:



• Hable con sus maestros.

Pregúnteles qué puede hacer su joven para subir sus calificaciones antes de fin de año. Si tiene dificultades con el material, ¿puede el maestro recomendarle un maestro particular u otros recursos útiles para ponerse al día? Ayude a su joven a trazarse metas realistas. Probablemente no sea posible subir una D a una A, pero sí puede comprometerse a entregar todos los trabajos asignados.

• Programe una reunión con el consejero.

Juntos, desarrollen un plan de acción que permita que su joven se gradúe. Dígale a su joven que usted cree que él puede dar vuelta la situación, y que apoyará su esfuerzo.

• Diga por qué es importante seguir los estudios.

Dígale a su joven que investigue los tipos de empleos que puede obtener sin un diploma de la secundaria. ¿Para qué le alcanzará el salario mínimo cuando quiera mudarse solo y tener una vida propia?

Cuestionario Para Padres

¿Están listos para un verano gratificante?

Luego de un año de opciones limitadas, este verano puede ofrecerles a los jóvenes más opciones para explorar intereses y adquirir habilidades. ¿Está ayudando a su joven a prepararse para aprovecharlo al máximo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

___ 1. **¿Le ha dicho** a su joven que verifique que aprobará todas sus clases? De lo contrario, podría tener que cursar clases de recuperación.

___ 2. **¿Ha animado** a su joven a considerar tomar una clase de verano?

___ 3. **¿Ha hablado** sobre las opciones de empleos para su joven, o los negocios que podría comenzar por su cuenta?

___ 4. **¿Les ha preguntado** a sus amigos si hay oportunidades para jóvenes disponibles en los lugares donde ellos trabajan?

___ 5. **¿Ha hablado** sobre causas u organizaciones en las que su joven podría trabajar como voluntario?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron sí, usted está ayudando a su joven a prepararse para un verano productivo. Para cada respuesta no, pruebe esa idea.

"La suerte es lo que sucede cuando la preparación se encuentra con la oportunidad".
—Seneca

Alivie el estrés de fin de año

En esta época del año, muchos jóvenes hacen malabares para cumplir con sus prioridades y se sienten estresados. Con frecuencia, los jóvenes estresados rinden por debajo de sus capacidades. Para ayudar a su joven a lidiar con esta etapa:

- **Escúchelo.** El simple hecho de dejar que su joven se descargue con usted puede ser útil. No trate de "reparar" sus problemas. Solo déjelo hablar.
- **Guíelo** con preguntas cuando tenga que resolver un problema. ¿Ha creado un calendario general? ¿Ha consultado con sus maestros? Deje que él decida qué hacer.
- **Sugíerale** maneras de aliviar el estrés, como dar una caminata corta para recuperar el control y el enfoque. También debería evitar bebidas energéticas, que podrían hacerlo sentir más agitado.

Hable de los límites del verano

Tal vez decida que relajará algunas de sus reglas este verano. Por ejemplo, podría extender el horario en que su joven debe regresar a casa a medida que cambian las condiciones y su agenda lo permite.

Pero no exima a su joven de todas las expectativas. Dígale claramente que aún debe leer todos los días, contribuir en casa, ejercitarse a diario y seguir las reglas básicas.



Prepare a su joven para un futuro disciplinado

Convertirse en adultos independientes es la meta final de los estudiantes de secundaria. La autodisciplina es fundamental para lograrlo. Durante el año escolar, los jóvenes aprenden esto al manejar su carga de trabajo de manera adecuada. Para ayudar a su joven a seguir practicando durante el verano, dígale que:

- **Programe** y lleve cuenta de sus propias citas.
- **Establezca y respete** un presupuesto.
- **Planifique una actividad familiar.** Ponga a su joven a cargo de organizar un picnic, un viaje a un sitio histórico local o una visita a sus familiares.

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1072