

Los Padres™

West Valley School District #208

¡aún hacen la diferencia!



Céntrese en las fortalezas para superar problemas de aprendizaje

El éxito es contagioso. Entonces, si su hijo de intermedia tiene dificultades en una clase en particular, señale lo bien que le está yendo en otra. Esta técnica ayuda a los estudiantes a transferir sus fortalezas a las materias que les resultan más difíciles.

Siga este proceso de cinco pasos:

1. **Pregunte en qué clase** le está yendo mejor a su hijo. La clave es conseguir que su hijo se sienta seguro y enfocarse en los logros actuales.
2. **Pídale a su hijo** que haga una lista de las razones por las cuales le está yendo bien en esa clase. ¿Qué está haciendo su hijo que lo ha conducido al éxito? Esta lista puede ser el comienzo de un plan para que le vaya bien en otras materias.
3. **Añada usted algunas notas positivas** a la lista. Algunos ejemplos podrían

ser que su hijo es bueno para escuchar, que no se da por vencido fácilmente o que siempre termina los trabajos a tiempo.

4. **Hagan una lluvia de ideas** y armen un plan. Por ejemplo, “Una de las razones por las cuales obtuviste una calificación alta en matemáticas es que siempre hiciste preguntas después de clases si había algo que no comprendías. ¿Qué crees que sucedería si hicieras lo mismo en la clase de ciencias?”
5. **Tenga reuniones de actualización.** Comprométase a reunirse con su hijo una vez por semana para hacer una actualización. Pida ejemplos específicos de las fortalezas que usó su hijo. Hablen sobre los resultados y comente estrategias sobre la dirección que puede tomar desde ahí.

Pruebe estrategias que mejoren el bienestar general



Muchas familias están ocupadas y estresadas, lo que puede afectar de manera negativa la salud y las calificaciones de los niños. Si bien es casi imposible llevar una vida sin estrés, es posible trabajar para hacer que su hogar sea un refugio frente a la rutina diaria.

Para ayudar a su familia a alcanzar el bienestar mental y emocional:

- **Fomente la risa.** La risa debería estar presente todos los días. Pídale a todos los miembros de la familia que compartan sus programas de humor, películas, chistes e historias favoritos todos los días.
- **Comparta estrategias** para aliviar el estrés. Enséñeles a los miembros de su familia a respirar hondo, dar un paseo o poner música relajante cuando estén estresados.
- **Comparta cosas buenas.** Todos los días, pídale a cada miembro de la familia que cuenten al menos una cosa buena que haya ocurrido ese día (no importa qué tan pequeña sea). Hágalo durante la comida familiar.
- **Pídale a todos que cooperen.** Las tareas domésticas se hacen más rápido cuando todos trabajan juntos. Establezca un horario familiar para hacer las tareas domésticas y luego recompénsense haciendo algo divertido en familia.

Los grupos de estudio pueden mejorar el aprendizaje



¿Su hijo disfruta de trabajar con sus compañeros? Si es así, estudiar con un grupo puede ser un complemento valioso para el trabajo que hace de forma independiente.

Para formar un grupo de estudio eficiente, su hijo debería:

- **Elegir cuidadosamente** a los participantes. Los miembros del grupo deberían ser de las clases de su hijo y deberían esforzarse para lograr un buen desempeño en la escuela. Evite posibles conflictos: elegir a alguien para un grupo de estudio por un interés romántico podría no ser la mejor opción. Entre cuatro y seis estudiantes es un número eficaz.
- **Tener claro el propósito.** Los grupos de estudio sirven para hacer mejor las tareas escolares. Eso no

sucede si los estudiantes solo quieren socializar. Pídeles a los miembros del grupo que destinen otro momento a las actividades sociales cada unas semanas como recompensa por su trabajo arduo.

- **Establecer horarios fijos de reunión** y cumplirlos. Si un estudiante no puede asistir a una reunión, debería haber un motivo válido. Elija un lugar de reunión neutral, como la biblioteca. O podrían rotar entre las casas de los participantes.

“Es literalmente cierto que se puede triunfar mejor y más rápido ayudando a otros a triunfar”.

—Napoleon Hill

Enséñele a su hijo la diferencia entre un error y negligencia



Aprender a ser responsable lleva tiempo. Por lo tanto, no espere que su estudiante de intermedia lo logre de un día para

el otro. Sin embargo, exíjale a su hijo que se tome las responsabilidades domésticas y escolares seriamente. Asegúrese de que comprenda la diferencia entre un error accidental y la negligencia.

Por ejemplo:

- **Un error accidental** sería completar los problemas con un número par de una hoja de ejercicios de matemáticas en lugar de los problemas con un número impar, o sacar la basura y los reciclables a la acera en la noche equivocada.
- **Negligencia sería directamente** no hacer un trabajo de matemáticas o una tarea del hogar.

¿Debería disciplinar a su hijo de intermedia si comete un error

accidental? Probablemente no. Nadie es perfecto y es normal que su hijo se equivoque de vez en cuando.

Sin embargo, si su hijo es *negligente* con sus responsabilidades, ya sea con el trabajo escolar o con una tarea del hogar, no ignore la situación. En cambio:

- **Hable con su hijo** sobre lo que sucedió y por qué.
- **Recuérdle a su hijo** que la escuela es su prioridad principal.
- **Deje claro** que las contribuciones de su hijo marcan una diferencia para la familia.
- **Aplique una consecuencia.** Es mejor acordar la consecuencia con anticipación y asegurarse de que esté directamente relacionada con la responsabilidad que se descuidó.

Fuente: K. Thomsen, M.S., *Parenting Preteens with a Purpose: Navigating the Middle Years*, Search Institute Press.

¿Está participando usted en la vida de su hijo?



Algunos estudiantes de intermedia cierran más que la puerta de su habitación. También dejan a sus padres afuera

de partes importantes de su vida. Las preguntas lo ayudarán a abrir esas puertas y a mantener las vías de comunicación. Vea cuántas preguntas puede responder:

1. **¿Puede nombrar** a los estudiantes que almuerzan con su hijo? Escriba un nombre: _____.
2. **¿Escucha la música** que escucha su hijo de vez en cuando? Mencione una de sus canciones o bandas favoritas: _____.
3. **¿Sabe los nombres** de los maestros de su hijo? Nombre uno de sus maestros favoritos: _____.
4. **¿Sabe a quién** le envía mensajes de texto su hijo? Nombre a dos amigos: _____ y _____.
5. **¿Conversan** sobre los acontecimientos mundiales que podrían estar preocupando a su hijo? Nombre una de las preocupaciones actuales de su hijo: _____.

¿Cómo le está yendo?

Hágale las preguntas a su hijo. Comparta sus respuestas con él y hablen de ellas. Luego vea si puede responder preguntas similares sobre usted.

Escuela Intermedia
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

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 © 2023, 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.

Converse con su escolar de intermedia sobre el acoso escolar



Los expertos dicen que la escuela intermedia es el momento principal en el que se produce el acoso escolar. Los estudios

demuestran que el comportamiento desagradable parece aumentar la popularidad de los niños.

Los acosadores de hoy no son los típicos muchachos grandotes del patio de la escuela. También incluyen a:

- **El acosador verbal** que insulta a la gente y difunde rumores.
- **El acosador social** que logra que otros excluyan o rechacen a alguien.
- **El ciberacosador** que publica comentarios y fotos crueles o vergonzosos en las redes sociales o en los grupos de las aplicaciones de mensajería.

Hable con su hijo sobre la importancia de adoptar una postura contra todas las formas de acoso.

Si su hijo está siendo acosado:

- **Háblenlo con delicadeza.** Su hijo podría estar asustado o avergonzado.

Deje claro que lo que está sucediendo no es culpa de su hijo.

- **Apóyelo.** Asegúrele a su hijo que lo ayudará a resolver el problema.
- **Pida ayuda.** Es posible que un maestro o consejero tenga una solución en la que usted no haya pensado.

Si su hijo es el acosador:

- **Dígale que no tolerará el acoso.**
- **Pregúntele a su hijo** qué estaba intentando lograr. ¿Cómo podría su hijo alcanzar ese objetivo en el futuro sin hacerle daño a la gente?
- **Ayude a su hijo** a pensar cómo reparar su error con el acosado.

Si su hijo es testigo de acoso escolar:

- **Haga un juego de roles** de maneras de reaccionar. Su hijo podría decir “Eso no está bien” o alejarse con la persona que está siendo acosada.
- **Anime a su hijo** a informarlo al personal de la escuela de inmediato.

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

Nunca pierda la oportunidad de reforzar el aprendizaje fuera de clase



Cuanto más puedan las familias relacionar lo que sus hijos aprenden en la escuela con el mundo exterior, más motivados

estarán los niños.

Para apoyar el aprendizaje en casa:

- **Pídale a su hijo** que le enseñe un par de cosas. Averigüe lo que está estudiando su hijo en la escuela y pídale que se lo explique. Cuando los estudiantes “vuelven a contar” lo que están aprendiendo, refuerzan los conocimientos en la mente.
- **Demuestre su valor.** Si su hijo de intermedia acaba de terminar de trabajar con fracciones en matemáticas, diríjanse a la cocina. Muéstrela a su hijo los usos reales de las fracciones. “Para esta receta se necesita media taza de leche, pero solo tenemos un medidor de 1/3

de taza. ¿Cómo podemos medir la cantidad correcta?”

- **Exponga a su hijo a cosas nuevas.** Toda experiencia significativa que tenga su hijo, desde ir a comprar alimentos hasta visitar un museo, tiene un impacto sobre su aprendizaje. En su próxima salida, rete a su hijo a relacionar la experiencia con algo que haya aprendido en la escuela.
- **Ponga sus conocimientos en acción.** Deje que su hijo use sus habilidades para ayudarlo. Por ejemplo, la próxima vez que doble en la dirección equivocada, pídale a su hijo que mire la aplicación de navegación para volver a tomar la dirección correcta.
- **Anime a su hijo a usar la lógica.** ¿Está armando un rompecabezas o tratando de deducir una adivinanza? Pídale a su hijo que lo ayude.

P: Me agradecería ofrecerme como voluntario para acompañar una excursión escolar que se hará próximamente, pero mi hijo me ruega que no lo haga. ¿Debería descartar mis planes para que mi hijo no se sienta avergonzado?

Preguntas y respuestas

R: Las escuelas realmente dependen de los miembros familiares que se ofrecen como voluntarios, en especial en la escuela intermedia y secundaria, donde el número de padres dispuestos a colaborar suele disminuir. Aun así, usted no desea que ayudar en la escuela provoque una guerra en casa.

Para mantener la paz:

- **Escuche a su hijo.** No ignore las quejas. Siéntese a hablar del tema con él. “Me doy cuenta de que no quieres que acompañe la excursión, pero desearía saber por qué. ¿Hay algo específico que te preocupa?”
- **Valide los sentimientos** de su hijo. Existe una enorme presión social para encajar en la escuela intermedia, así que recuérdelo cuando escuche las preocupaciones de su hijo. “¿Tienes miedo de que tus amigos piensen que eres raro si me ven en la excursión?” Si su hijo dice sí, haga esta pregunta: “¿Te parecería raro que los padres de tus amigos se ofrecieran como voluntarios? ¿O no sería un gran problema?”
- **Lleguen a un acuerdo.** No abandone su compromiso de participar, pero respete los sentimientos de su hijo. Si lo han hablado y su hijo sigue estando nervioso por su presencia en una excursión, apúntese para otra actividad en su lugar. Tal vez pueda ser voluntario en la biblioteca o ayudar al personal de la oficina.
Y si su hijo lo ve mientras está en la escuela, no le dé tanta importancia. Simplemente sonríale y aléjese.

Enfoque: el éxito en los exámenes

Los niños deberían seguir aprendiendo luego del examen



Es probable que su hijo sepa que un examen es una evaluación de lo que han aprendido los estudiantes. ¿Pero sabe

que los exámenes también son una manera de aprender?

A menos que su hijo obtenga un puntaje perfecto, cada examen debería ser una experiencia de aprendizaje. Los educadores coinciden en que hacer una revisión adecuada después de un examen es una de las formas más efectivas de mejorar el puntaje en los próximos exámenes.

Para ayudar a su escolar de intermedia a maximizar el aprendizaje durante los exámenes, anímelo a:

- **Anotar ideas sobre el examen** una vez que lo termine. ¿Qué dificultades tuvo? ¿Qué era lo que mejor sabía?
- **Revisar el examen calificado** y tomar nota de las preguntas que respondió de manera correcta e incorrecta. Su hijo debería corregir las respuestas incorrectas y determinar por qué estaban mal y cómo responderlas bien. Si eso le resulta difícil, pídale a su hijo que consulte a su maestro.
- **Identificar los tipos de errores** que cometió. Los errores suelen ser de tres tipos: por descuidos, por confusiones o por falta de preparación.
- **Hacer ajustes.** Para reducir los errores por descuidos, su hijo debería leer cada pregunta dos veces, pensar en la pregunta antes de responderla y revisar antes de entregar el examen.

Para los errores por confusión o falta de preparación, la solución es pedir ayuda y estudiar más. En lugar de estudiar de forma intensiva en pocos días, su hijo debería estudiar el material a lo largo de varios días.

Proceso de seis pasos para enfrentarse a cualquier examen

A pesar de que hay maneras específicas de abordar tipos de exámenes específicos, existen estrategias generales que pueden ayudar a los estudiantes a dar lo mejor de sí mismos en la mayoría de los exámenes.

Anime a su hijo a:

1. **Leer las instrucciones dos veces** para verificar su comprensión.
2. **Subrayar palabras indicativas** como *comparar*, *haz una lista*, *describe*, *define* y *resume*.
3. **Darle una leída rápida** a todas las preguntas antes de comenzar y decidir cuánto tiempo destinarle a cada pregunta.
4. **Leer cada pregunta con atención** al comenzar el examen. Luego, su hijo debería pensar en la respuesta *antes* de leer las opciones provistas.
5. **Saltar una pregunta** si no está seguro de cuál es la respuesta. Si el formato del examen lo permite, su



hijo debería responder primero las preguntas "fáciles". Luego podrá volver al resto.

6. **Dejar tiempo para volver** y revisar las respuestas. ¿Tienen sentido?

El éxito en los exámenes comienza con una lista y un cronograma



Los estudiantes de intermedia tienen que manejar mucha información de cada una de las materias. Es especialmente importante que lo hagan en época de exámenes.

Es difícil que a los estudiantes les vaya bien en un examen si no saben cuándo es, qué estudiar ni qué materiales necesitan.

Por ese motivo, una lista de control podría ayudarlo. Para crear una, su hijo debería anotar lo siguiente:

- **Nombre** de la materia.
- **Fecha** del examen.
- **Temas** que abarca el examen.
- **Formato** del examen.

- **Materiales** necesarios para estudiar: apuntes entregados por el maestro, apuntes del estudiante, guía de estudio.

Su hijo también debería armar un cronograma de estudio que tenga en cuenta los siguientes factores:

- **Cuántos días** antes debería comenzar a estudiar.
- **Cuánto tiempo** debe destinarle al estudio cada noche.
- **Qué tan bien** sabe cada tema. ¿Deberá volver a estudiarlo o será suficiente con hacer un repaso?
- **Qué hacer (de ser necesario)** además de leer. Tal vez deba tomar apuntes del contenido del libro o armar tarjetas didácticas.