

Los Padres™

West Valley School District #208

¡aún hacen la diferencia!



¡Exija que su hijo de intermedia alcance el éxito este año!

No *desee* simplemente que su hijo alcance el éxito en la escuela intermedia este año; *¡exíjalo!* Los estudios muestran que los padres de los estudiantes a los que les va mejor tienen expectativas altas y realistas de ellos. Lo que usted cree que su hijo es capaz de lograr influye sobre sus resultados académicos y sociales.

Para promover el éxito en la clase y en otros ámbitos:

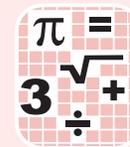
- **Crea en su hijo.** No muestre sorpresa cuando a su estudiante le vaya bien. Por ejemplo, si su hijo obtiene una B+ en un examen de ciencias difícil, diga “¡Genial! Sabía que todo el tiempo extra de estudio daría sus frutos” en lugar de “¡Vaya! ¿Cómo diablos lograste eso?”
- **Ofrezca apoyo** cuando su hijo tropiece. Recuérdele a su estudiante

que todos fallamos y que los errores ayudan a las personas a crecer y mejorar. Sea el “refugio” de su hijo y bríndele amor y aceptación constantemente. Nunca lo menosprecie por sus fracasos.

- **Empodere a su hijo** para que adopte un papel activo. Cuando suceda algo desafortunado, no lo atribuya a la mala suerte. Eso hará que su hijo sienta que es una víctima que no tiene control sobre las situaciones. En cambio, anime a su hijo a pensar en la lección aprendida. Juntos, hagan una lluvia de ideas de maneras similares de enfrentar esas situaciones en el futuro.

Fuente: V. LoBue, Ph.D., “Expect the Best: On the Power of Expectation,” *Psychology Today*, John Thomas.

Ayude a su hijo a superar la frustración con las matemáticas



Durante la escuela intermedia, se les enseña a los estudiantes conceptos matemáticos abstractos. Si no han aprendido conceptos básicos en los años anteriores, es posible que les resulte difícil mantenerse al día en clase.

Cuando esto ocurre, los estudiantes a veces se angustian o se ponen a la defensiva. Es posible que su confianza en sí mismos disminuya, lo que podría afectar su progreso.

Para ayudar a su hijo:

- **Escúchelo de verdad.** Exprese empatía cuando su hijo se queje y diga “¡No entiendo!”. Dígame: “Es difícil, pero sé que *puedes* entenderlo”. Hágale preguntas para ayudarlo a comprender lo que le resulta confuso.
- **Familiarícese con los conceptos matemáticos** que está aprendiendo su hijo. Repase los trabajos de matemáticas y busque fuentes adicionales en internet.
- **Anime a su hijo a centrarse** en el concepto en lugar de en el procedimiento. Esto podría ayudarlo a enfrentar un problema de una manera nueva y diferente.
- **Convierta al maestro en un aliado.** Pregúntele acerca del progreso de su hijo. Las dificultades de su hijo, ¿son comunes para su grado? ¿Qué recursos de ayuda especial hay disponibles?

Mantenga un contacto positivo con los maestros de su estudiante



Trabajar con la escuela lo ayuda a entablar relaciones beneficiosas. Y algunas de las relaciones más importantes que forje serán con los maestros.

Para conectarse con los maestros de su hijo:

- **Conózcalos.** Coordine conferencias con el maestro, y asista a las reuniones y demás acontecimientos para familias. Hable con los maestros sobre sus expectativas. Comparta lo que sabe sobre las fortalezas y las debilidades de su hijo. Intercambien sus datos de contacto.
- **Ofrézcase como voluntario.** Pregunte si hay maneras de apoyarlos a ellos y respaldar el aprendizaje de su estudiante. ¿Puede organizar una excursión? ¿Puede donar algunos artículos para la clase?

- **Muestre su aprecio.** Los maestros están acostumbrados a escuchar a los padres hablar sobre problemas. Una nota o un llamado de agradecimiento le alegrará el día al maestro. Cuando su hijo disfrute mucho un trabajo, comuníquese al maestro. Agradézcales a los maestros que dedican horas extra a ayudar a su hijo.
- **Sea comprensivo.** Los maestros son humanos. Se esfuerzan y suelen estar en situaciones de mucha presión. ¡No olvide que están en el mismo equipo!

“Solos podemos hacer poco; juntos podemos hacer mucho”.

—Helen Keller

Respalde el aprendizaje de su hijo con estas cinco estrategias simples



¿Cuál es la manera más eficaz de ayudar a su hijo a que le vaya bien en la escuela intermedia? La respuesta es participar en la educación de su hijo.

Para empezar con el pie derecho este año:

1. **Convierta su hogar** en un lugar rico en aprendizaje. Tenga a mano materiales que estimulen la mente de su hijo. Ofrezca opciones creativas que despierten la curiosidad, desde materiales de arte simples hasta libros de la biblioteca.
2. **Fomente la lectura.** Leer por placer ayudará a su hijo a desarrollar la capacidad de comprensión y el vocabulario que necesita para abordar material más difícil. Asegúrese de que su hijo le destine tiempo a la lectura todos los días, ya sea que lea poesía o ciencia ficción.
3. **Hablen sobre la importancia** de prestar atención en clase. Su hijo debería tomar apuntes y participar. Rétele a hacer al menos una pregunta por día en cada clase. Eso lo ayudará a mantenerse concentrado e involucrado en el aprendizaje.
4. **Comiencen rutinas en el hogar.** Establezca una hora fija para hacer la tarea. Ofrézcale a su hijo un lugar tranquilo para trabajar. Los buenos hábitos de estudio lo ayudaran durante la escuela intermedia y más adelante. En los días que no tenga tarea, anime a su hijo a leer o repasar.
5. **Haga preguntas.** Para mostrar que la educación es una prioridad en su familia, pregúntele a su hijo sobre la escuela todos los días. Luego, asegúrese de *realmente* escuchar lo que su hijo tenga para decir.

¿Está ayudando a que la transición sea fácil para su hijo?



El cambio de la escuela primaria a la escuela intermedia es significativo. ¿Qué tan bien está ayudando a su hijo a manejar esa transición? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

- ___ 1. **¿Ha investigado** la escuela con su hijo? ¿Han consultado el sitio web? ¿Han mirado los manuales de la escuela?
- ___ 2. **¿Le ha asegurado** a su hijo que, si bien es un gran cambio, usted considera que es un cambio positivo?
- ___ 3. **¿Le hace preguntas** a su hijo sobre las clases, los maestros y cómo le está yendo este año, y escucha sus respuestas con atención?
- ___ 4. **¿Planea asistir** a los eventos escolares para familias para obtener más información que pueda ayudarlo a apoyar a su hijo durante este año escolar?
- ___ 5. **¿Anima** a su hijo a acudir a usted y a sus maestros de inmediato ante la primera señal de dificultad?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo durante este tiempo de transición. 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 © 2022, 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.

Enseñe estrategias que mejoren la memoria para maximizar el estudio



Las habilidades de memoria, especialmente las de largo plazo, son fundamentales para el aprendizaje.

La memoria a largo plazo es el “acervo de conocimientos” al que recurrimos durante toda la vida.

Para ayudar a su hijo a aumentar el poder de la memoria, comparta las siguientes recomendaciones:

- **Ver el panorama completo.** Si su hijo sabe que próximamente tendrá un examen sobre el capítulo cuatro, le convendrá dedicarle la mayor parte del tiempo a estudiar ese capítulo. Sin embargo, también debería tomarse unos minutos para mirar los resúmenes de otros capítulos. De esa manera, podrá ver de qué manera se relaciona el capítulo cuatro con la unidad completa. Comprender la relación mejorará la memoria de su hijo.
- **Escribir la información** en tarjetas y revisarlas con frecuencia. Este método probado realmente hace que recordar pequeños bloques de información sea más fácil.
- **Centrar la atención** en la sección del medio del material, dado que el cerebro recuerda mejor el principio y el final.
- **Hacer que el material** sea relevante. Tal vez su hijo pueda ir a un sitio histórico o ver un programa de TV sobre el tema.
- **Usar reglas mnemotécnicas** (un acrónimo es un ejemplo). Las técnicas tales como recordar PEMDSR para el orden de las operaciones matemáticas pueden ayudar a los estudiantes a memorizar información.
- **Estudiar y luego descansar** o dormir. El cerebro nunca duerme. Mientras el cuerpo de su hijo obtiene el descanso que tanto necesita, su cerebro seguirá trabajando para ordenar y retener el material que vio antes de irse a dormir.

Comprenda el papel fundamental de los consejeros de la intermedia



Los consejeros escolares se convirtieron en actores clave del equipo educativo de la escuela intermedia.

También desempeñan un papel esencial en la recuperación de la pandemia.

Los consejeros de la escuela intermedia trabajan arduamente para ayudar a los estudiantes a ser aprendices productivos. También ayudan a:

- **Desarrollar habilidades** que ayudarán a los estudiantes a atravesar los cambios de expectativas y entornos.
- **Establecer metas académicas.**
- **Seleccionar cursos** que los prepararán para las próximas clases.
- **Volver a encaminarse** luego de enfrentar problemas académicos.
- **Desarrollar habilidades sociales.**
- **Resolver problemas con amigos.** Podría incluir sesiones de mediación u orientación para un estudiante individual o un grupo pequeño.
- **Fortalecer las habilidades** para enfrentar problemas. Esto incluye habilidades para lidiar con situaciones de acoso escolar o con el dolor.
- **Desarrollar habilidades de estudio.**
- **Hacer planes para la escuela** secundaria y las siguientes etapas.
- **Explorar y hacer planes** para distintas carreras.
- **Conectarse con organismos** comunitarios en tiempos de crisis.
- **Buscar más profesionales** para obtener ayuda con temas académicos y personales.

Recuerde ser paciente al contactar a un consejero. Cada uno de ellos trabaja con muchas familias.

Fuente: “The Essential Role of Middle School Counselors,” American School Counselor Association.

P: Mi estudiante de octavo grado tiene problemas con la confianza en sí mismo y suele decir “Nada me sale bien”. No hay nada de cierto en eso. ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a percibirse como la persona inteligente y capaz que veo yo?

Preguntas y respuestas

R: Si hubiera que indicar un momento en el que es probable que se manifiesten la falta de confianza en uno mismo y la inseguridad sería la adolescencia. Los estudiantes de intermedia están descubriendo la presión de tratar de estar a la altura, y pueden tener miedo al sentir que no cuentan con lo que se necesita.

Aunque usted no puede hacer desaparecer la inseguridad de su hijo, sí puede hacer cosas que mejoren su confianza. Siga estos pasos:

- **Enfóquese en las fortalezas.** Busque oportunidades que le permitan a su hijo alcanzar el éxito. Si su hijo es deportista, inscribalo en algún deporte en equipo. Si a su hijo le interesa más lo teatral, busque un club de teatro.
- **Asígnele responsabilidades** a su hijo. Los estudiantes de intermedia suelen quejarse por tener que sacar la basura o lavar los platos, pero las tareas domésticas son una manera eficaz de ayudar a su hijo a sentirse capaz y necesario.
- **Evite las críticas duras.** Los mensajes que los niños escuchan decir a los demás sobre ellos incide en lo que sienten sobre ellos mismos. Sea paciente cuando su hijo cometa un error y céntrate en lo que debería hacer la próxima vez.
- **Celebre el esfuerzo.** Cuando su hijo haga algo bueno por la familia o se esfuerce mucho en un proyecto escolar, llame la atención sobre ello. Dígale lo orgulloso que está de él y cuánto lo aprecia.

Enfoque: la responsabilidad

Ayude a desarrollar un sentido de la responsabilidad



Mejore el sentido de la responsabilidad de su hijo para ayudarlo a alcanzar el éxito dentro y fuera de la clase. Para inculcar esta cualidad:

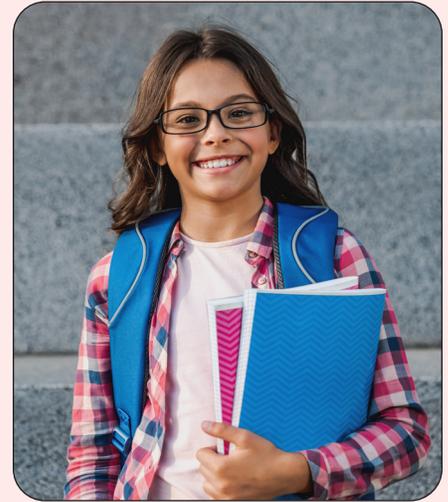
- **Hablen sobre el tema.** Los estudiantes de intermedia son responsables de sus actitudes y las decisiones que toman. Si las cosas no van bien, hablen sobre cómo las decisiones de su hijo podrían haber contribuido a la situación. Su hijo podría sorprenderse al descubrir que incluso algunos detalles pequeños, tales como la elección de palabras, el tono de voz o el lenguaje corporal, influyen en los resultados.
- **Impóngala.** Insístale a su estudiante que asuma la responsabilidad por sus actos. Esto significa permitir que su estudiante enfrente las consecuencias de esas acciones. Por ejemplo, no le lleve la tarea o el almuerzo que se olvide a la escuela una y otra vez.
- **Defíndala.** Dígle a su hijo que usted valora los rasgos de la responsabilidad, como el autocontrol y la perseverancia. Cuando su hijo demuestre esos rasgos, señálelo y felicítelo.
- **Dé el ejemplo.** Permita que su hijo vea cómo usted se hace responsable de sus errores. “Dejé mis herramientas de jardinería bajo la lluvia y ahora están oxidadas. Debería haber sido más responsable”. Admitirlo le enseñará a su hijo mucho más que una hora de sermón.

Fuente: M. Josephson y otros, *Parenting to Build Character in Your Teen*, Boys Town Press.

La asistencia debería ser una prioridad para los estudiantes

Tener una buena asistencia es tan importante para la carrera escolar de su hijo como lo son los cimientos para una casa. Sin ella, no hay nada sobre lo cual construir. Estas son solo algunas de las razones por las cuales su hijo debería asistir a la escuela:

- **La asistencia a la escuela** es lo que dicta la ley. Todos los distritos escolares exigen que los estudiantes asistan a la escuela. Su hijo solo debería faltar si está enfermo o si hay una emergencia familiar.
 - **Faltar a la escuela** afecta las calificaciones. Los estudios demuestran que cuando los estudiantes faltan a la escuela con frecuencia, se perjudican académicamente.
 - **Las relaciones entre compañeros** suelen iniciarse en la escuela. Es posible que los niños que faltan con frecuencia tengan menos amigos.
- Para apuntar a la máxima asistencia:
- **Dígale a su hijo que la asistencia** es importante y que llegar puntual todos los días es una prioridad.



- **Programe las vacaciones** durante los recesos escolares o los fines de semana.
- **Pida las citas médicas** para horarios en los que su hijo no esté en la escuela, de ser posible.
- **No deje que su hijo falte** y se quede en casa para evitar rendir un examen, dormir o terminar un proyecto.

Las habilidades de organización apoyan el éxito académico



A algunos estudiantes de intermedia les resulta difícil mantenerse organizados. Y cuando los estudiantes se desorganizan, sus calificaciones suelen verse afectadas.

Si bien es responsabilidad de su hijo hacer un seguimiento del trabajo escolar, usted puede:

- **Asegúrese de que su estudiante** tenga las herramientas adecuadas. Su hijo debería tener un lugar separado para guardar la tarea de cada clase. Podría ser un cuaderno,

una carpeta o un organizador con pestañas.

- **Muéstrele a su hijo** cómo hacer un seguimiento de los trabajos con una agenda. En él, su hijo podrá escribir las fechas de los proyectos, los exámenes y otras responsabilidades escolares.
- **Insístale en hacer** un orden semanal del espacio de estudio de su hijo y la mochila. Anime a su estudiante a tirar la basura, ordenar y archivar los papeles y reponer los útiles escolares necesarios.