

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Mayo 2020

ELMORE COUNTY PUBLIC SCHOOLS

Impulse el esfuerzo de su estudiante durante el final del año

Solo faltan algunas semanas para que termine el año escolar, y a su hijo de intermedia le urgen las vacaciones de verano. Sin embargo, estas semanas son tan importantes para su educación como lo es el resto del año, y él necesita mantenerse concentrado.

Para motivar a su hijo a seguir trabajando con dedicación hasta el último día de clases:

- **Comuniqué sus expectativas** claramente. Dígame a su hijo que espera que continúe rindiendo a su máximo. Si él deja de hacer los trabajos o sus calificaciones comienzan a bajar, usted aplicará las consecuencias.
- **Muéstrele que usted se interesa** en lo que él está aprendiendo. Es posible que, a esta altura del año, usted ya esté bastante familiarizado con lo que sucede en las clases de su hijo, pero no deje de preguntarle qué está leyendo, debatiendo y haciendo en la escuela. Recuérdele que se concentre en el aprendizaje, y no solo en aprobar las clases.
- **Mantenga las rutinas del año escolar.** La escuela siempre comienza a la misma hora. Por eso, no deje que los días más largos hagan que su hijo se acueste más tarde.
- **Haga hincapié en la administración del tiempo.** Como cada vez quedan menos días de clases, es fundamental que los estudiantes aprovechen al máximo cada uno de ellos. Dígame a su hijo que escriba todas las fechas de entrega en un calendario, y marque el tiempo que destinará a trabajar para cumplirlas.



Dele un propósito a la escritura

Escribir no es algo que los maestros asignan para torturar a los estudiantes. Tiene un propósito. Este verano, ayude a su hijo a descubrir que escribir con un propósito sobre un tema interesante ¡puede ser divertido! Anímelo a escribir:

- **Una carta** al redactor de un centro de distribución de noticias para explicar su opinión sobre un tema. También puede escribirle una carta a una empresa para elogiar o quejarse sobre un producto.
- **Historias** creativas sobre sus personajes favoritos para compartir con otros.
- **Un diario personal** para registrar cómo es la vida de alguien de su edad en el 2020.

Fomente el hábito de leer las noticias

Para inculcar en su hijo el hábito de leer para informarse durante toda la vida, aproveche la capacidad en desarrollo de su escolar de intermedia de comprender los acontecimientos de actualidad. Lea un periódico impreso o en línea todos los días, y muéstrele a su hijo por lo menos un artículo de interés. Además, rétele a que le muestre un artículo interesante a usted todos los días.



Alimente el vínculo familiar

Aproveche el tiempo extra que su hijo pasa en casa durante el verano para estrechar los lazos familiares. Aquí tiene algunas maneras fáciles de pasar tiempo de calidad juntos:

- **Celebren los fines** de semana. Dígame a su hijo que haga una lista de actividades de bajo costo que le gustaría hacer con usted. Programen tiempo para hacerlas.
- **Siembren una huerta.** Involucre a su hijo en la planificación, el riego y la cosecha.
- **Coman en familia.** Es posible que el horario más flexible de su hijo le permita estar más disponible, no solo para comer en familia, sino también para ayudar a preparar la comida y limpiar después.



El arte ayuda a lidiar con las emociones

La adolescencia está repleta de cambios. Esto puede abrumar a los escolares de intermedia, volviéndolos temperamentales y afectando su capacidad de aprender. El arte es una herramienta eficaz para ayudarlos a procesar sus sentimientos y recuperar el equilibrio.

El arte puede ayudar a los niños a comprender y nombrar sus emociones, que suele ser el primer paso para controlarlas. Si el malhumor afecta a su hijo, sugiérole estos proyectos:

- **Hacer un mandala.** Los mandalas son diseños geométricos que pueden comenzar con una serie de círculos. Su hijo podría utilizar un círculo para cada día del mes. Luego puede usar colores y diseños para reflejar sus sentimientos de cada día.

- **Diseñar una caja de exhibición.** Puede coleccionar artículos que le agraden, como una piedra de su lugar favorito, y ordenarlos en una caja de una manera visualmente atractiva.

Si su hijo no quiere mostrar sus obras de arte, simplemente dígame que usted siempre está disponible para hablar. Y si lo ve ansioso o triste todo el tiempo, consulte con su médico.

Fuente: J. Fraga, "How Making Art Helps Teens Better Understand Their Mental Health," KQED News, nswc.com/mid_mental.



¿Cómo puedo aliviar el cambio a la secundaria?

P: Mi hijo pasará a la escuela secundaria en el otoño. Le agradó mucho la intermedia, pero parece abrumado por la idea de comenzar en una escuela nueva. ¿Puedo hacer algo durante el verano para que esta transición sea más fácil para él?

R: ¡Sí! Es cierto que la transición a la escuela secundaria es grande e importante. Pero hay varias cosas que puede hacer durante el verano para ayudar a su hijo de noveno grado a prepararse:



- **Identifique sus preocupaciones.** Cuando su hijo mencione la escuela secundaria, anímelo a hablar de sus sentimientos sobre ella. Tal vez descubra que, en lugar de estar preocupado por hacerse amigos, como usted creía, en realidad está preocupado por perderse en los pasillos o tener más tarea.
- **Practiquen habilidades de organización.** Su hijo probablemente cursará más clases en la secundaria. Su carga de trabajo podría ser mayor. Para ayudarlo a prepararse, dele un calendario pequeño (o deje que se descargue una aplicación de calendario) y anímelo a usarla para llevar cuenta de sus citas, responsabilidades familiares y actividades.
- **Organice una visita.** Pregunte en la escuela secundaria si su hijo puede hacer una visita guiada. Conocer la estructura del edificio lo ayudará a sentirse más relajado el primer día.
- **Anímelo a contactarse** con un estudiante del primer año de la secundaria. Escuchar a alguien que ya haya atravesado esta transición podría aumentar la confianza de su hijo.

Cuestionario Para Padres

¿Hace de la seguridad una prioridad?

Está bien que le otorgue a su escolar de intermedia más libertad a medida que muestre ser más responsable. Sin embargo, garantizar su seguridad continúa siendo la responsabilidad de usted. ¿Se está preparando para un verano seguro? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Considera** la madurez de su hijo antes de asignarle quehaceres como cortar el césped con una podadora tipo tractor?
2. **¿Insiste** en que su hijo le diga adónde va, qué hará y con quién estará?
3. **¿Desanima** a su hijo de juntarse con amigos después de que oscurezca?
4. **¿Anima** a su hijo a beber suficiente agua cuando trabaja, juega o se ejercita y haga calor?
5. **¿Exige** que su hijo use protector solar y un equipo de seguridad adecuado, como un casco, cuando monta en bicicleta?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted se está enfocando en la seguridad durante el verano. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

"La seguridad no es cara ... es inestimable".
—Jerry Smith

Enséñele finanzas a su hijo

La mayoría de los escolares de intermedia están interesados en el dinero. Utilice ese interés para desarrollar las habilidades matemáticas y enseñar conocimientos financieros. Dígale a su hijo que juegue al mercado de valores:

1. **Explíquelo que las acciones** son pequeños pedazos, o *participaciones*, de una compañía. Su valor depende de cuántas personas quieren comprarlas.
2. **Dele a su hijo** una cantidad de dinero imaginaria para que invierta.
3. **Muéstrele las cotizaciones de la bolsa** en línea o en el periódico. Deje que él decida qué acciones, y cuántas de cada una, "comprar".
4. **Dígale que lleve un registro** del valor de sus acciones durante un mes. Basándose en lo que averigua, ¿qué haría de manera diferente la próxima vez?

Escuche para apoyar el éxito

Los estudios revelan que escuchar con respeto a su hijo cuando expresa sus ideas y opiniones en casa puede hacer que sea más feliz, tenga más confianza en sí mismo, y esté más motivado en la escuela.

Cuando su hijo diga algo, escúchelo con atención. Considere sus puntos de vista. Tal vez usted no esté de acuerdo, pero al escucharlo, le dará confianza en sí mismo para expresarse y contribuir en clase y en otras situaciones de su vida.

Fuente: "Study: Whether in U.S. or Ghana, teens thrive most when parents listen to their perspectives," Clark University, nswc.com/self-expression.

Fomente el servicio en el verano

Con una hora por semana, su hijo puede hacer algo significativo para ayudar a otros y a sí mismo en el verano. Él podría:



- **Juntar** comida envasada para un banco de alimentos.
- **Darle clases** a un hermano menor.
- **Organizarse** con sus amigos para escribir cartas agradeciéndoles a miembros activos de las fuerzas armadas, y enviarlas a una organización como Operation Gratitude (www.operationgratitude.com).

Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.
Gerente de Producción: Sara Amon.

Copyright © 2020, 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 1527-1064