

Los Padres™

Region 16 ESC Title III SSA

¡aún hacen la diferencia!



Maximice el poder del cerebro de su estudiante de intermedia

Su hijo, ¿parece estar más preocupado por sus amigos que por lo que está aprendiendo? ¿Está haciendo payasadas en un momento y se siente abrumado un rato después?

Si es así, su hijo es un estudiante de intermedia típico. Las investigaciones sobre el cerebro permiten vislumbrar los comportamientos que preocupan (o vuelven locos) a los padres. Su hijo se comporta de esta manera porque, al igual que todos los adolescentes, su cerebro emocional se desarrolla más rápido que su cerebro racional.

En los próximos años, verá cambios en las emociones de su hijo. Sin embargo, si activa su cerebro emocional, también podrá maximizar su capacidad de aprender. Siga estos pasos:

- **Use el humor.** A los niños de intermedia les encanta reír y hacer bromas. Anime a su hijo a encontrar

historietas, GIF o videos sobre lo que está aprendiendo. Podrían satisfacer su deseo de reír y ayudarlo a aprender al mismo tiempo.

- **Haga que el aprendizaje sea personal.** Los estudiantes de intermedia suelen pensar que el mundo gira a su alrededor. Por lo tanto, relacione lo que está aprendiendo su hijo con su vida. Si está estudiando sobre la Guerra revolucionaria, pídale que piense sobre un momento en el que haya sentido la necesidad de rebelarse contra la autoridad.
- **Promueva la imaginación.** Ayude a su hijo a usar la imaginación mientras estudia. Hágale preguntas como “¿Cómo habrá sido estar allí con George Washington en Valley Forge?”

Fuente: T. Armstrong, Ph.D. *The Power of the Adolescent Brain: Strategies for Teaching Middle and High School Students*, ASCD.

La alimentación afecta la capacidad para aprender



No es ninguna novedad que una dieta saludable puede ayudar a su hijo a mantenerse alerta durante la clase y a retener la información que aprende.

Lamentablemente, abastecer su hogar con alimentos nutritivos no significa que su hijo los comerá, especialmente si usted no está en casa durante el día para ofrecérselos.

¿Cuál es la solución? Ayude a su hijo a ser un consumidor informado que sepa cómo tomar decisiones responsables sobre la alimentación por su cuenta. Siga estos pasos:

- **Exponga a su hijo** a una variedad de alimentos. Planifiquen las comidas semanales juntos y pónganse el objetivo de probar un alimento saludable nuevo por semana.
- **Elimine las tentaciones.** Deshágase de los refrescos y la comida chatarra. En cambio, llene el refrigerador con frutas y verduras lavadas, cortadas y al alcance.
- **Haga que beber mucha agua sea fácil** para su hijo. La hidratación es clave para el funcionamiento del cerebro. Dele una botella grande de agua para que la beba a lo largo del día.
- **Insístale que desayune.** Ofrézcale alimentos con alto contenido de fibra y bajo contenido de azúcar. Un pan integral y una banana es una opción de desayuno rápida y fácil.

El conocimiento previo ayuda a comprender y vincularse con un texto



Las investigaciones muestran que la capacidad de su hijo para comprender lo que lee y relacionarlo con su vida se asocia con lo que sabe antes de abrir el libro. Esto se denomina *conocimiento previo*.

Tener conocimientos antes de leer significa que su hijo no deberá tratar de comprender el texto solo con la información que tiene en frente. El conocimiento previo también lo mantendrá más involucrado con lo que está leyendo.

Para aumentar los conocimientos de su hijo:

- **Anímelo a leer las noticias.** Esto lo expondrá a temas y asuntos que probablemente encuentre en sus trabajos escolares.

- **Expanda su mundo.** Miren programas educativos y visiten lugares históricos. Las experiencias de su hijo podrían ayudarlo a hacer una conexión con algo que leerá en el futuro.
- **Comparta sus experiencias.** Hable con su hijo sobre lugares que haya visitado o trabajos que haya tenido.

Fuente: K. Allan y M. Miller, *Literacy and Learning: Strategies for Middle and Secondary School Teachers*, Houghton Mifflin.

“Desarrolla una pasión por el aprendizaje. Si lo haces, nunca dejarás de crecer”.

—Anthony J. D’Angelo

Tres formas de apoyar la educación de su escolar de intermedia



Cuando su hijo era más pequeño, posiblemente se haya ofrecido como voluntario en su clase, lo haya supervisado mientras hacía la tarea todos los días y haya forjado vínculos estrechos con su escuela. Pero ahora que su hijo está creciendo, su enfoque hacia la participación en la escuela también debe cambiar.

Los estudios revelan que los estudiantes de intermedia se benefician de la participación de sus padres en su educación. Sin embargo, durante la etapa de la escuela intermedia, algunas cosas que los padres hacen en casa son dos veces más efectivas para apoyar la educación de sus hijos que, por ejemplo, acompañarlos en un viaje de la clase u ofrecerse como voluntario en la clase.

Los estudios revelan que hay tres cosas que las familias pueden hacer que son especialmente efectivas:

1. Comunicar sus expectativas.

Decirle a su hijo que espera que se esfuerce y que sabe que llegará lejos en la escuela motivarlo mucho.

2. **Ampliar lo que está aprendiendo.** Hable con su hijo de los conceptos que está aprendiendo a diario. Luego, piensen juntos actividades relacionadas. Animar a su hijo a tomar lo que está aprendiendo en la escuela (como matemáticas) y aplicarlo en el día a día (como ceñirse a un presupuesto de compras) puede ayudarlo a comprender por qué la educación es importante.
3. **Hablar sobre el futuro.** Su hijo, ¿quiere ser arquitecto, mecánico o diseñador de indumentaria? Ayúdelo a investigar sobre la educación y la capacitación que necesita para prepararse para las carreras que le interesan. Anímelo a encontrar universidades o instituciones que le ofrezcan la capacitación que necesitará. Recuérdele a su hijo de intermedia que, si bien sus planes podrían cambiar, tener una educación sólida es el boleto que necesita para lograr cualquier objetivo.

Fuente: D. Viadero, “Scholars: Parent-School Ties Should Shift in Teen Years,” *Education Week*.

¿Anima a su hijo a dedicarle tiempo a la lectura?



Leer por placer ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades de comprensión y vocabulario valiosas. Pero muchos escolares de intermedia simplemente dicen que no tienen tiempo para leer. ¿Está animando a su hijo a tomarse tiempo para leer? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Tiene** distintos tipos de material de lectura en casa? Incluya revistas, periódicos, libros, manuales, catálogos o cualquier cosa que tenga palabras.
2. **¿Visitan** la biblioteca local personalmente o de manera virtual? Muchas han implementado opciones de libros listos para llevar durante la pandemia.
3. **¿Relaciona** la lectura con los intereses de su hijo, compartiendo libros y artículos sobre los temas que le importan?
4. **¿Da** un buen ejemplo leyendo frente a su hijo y hablando sobre las cosas que lee?
5. **¿Tiene** un horario fijo de lectura familiar?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está animando fervientemente a su hijo de intermedia a leer. 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: 1523-2387

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.

Las tutorías podrían solucionar los problemas académicos constantes



Ajustarse a la nueva normalidad del aprendizaje ha sido difícil para los estudiantes. Si su hijo está teniendo problemas en al menos una clase, es posible que necesite ayuda individual con el aprendizaje.

Conseguir un tutor podría ser la respuesta a los problemas académicos de su hijo, especialmente si:

- **El trabajo escolar** se ha convertido en una batalla diaria.
- **Las calificaciones de su hijo** están empeorando día a día.
- **Toda la familia** está sintiendo el estrés de sus dificultades académicas.

Pídale al consejero escolar de su hijo que le recomiende recursos de tutoría. Tal vez pueda ponerlo en contacto con estudiantes de una escuela secundaria local que hagan tutorías.

Luego, ayude a su escolar de intermedia a sacar el mayor provecho posible de sus sesiones de tutoría:

- **Dé un paso atrás.** No participe de las sesiones, ya sean virtuales o presenciales. Dele al tutor el espacio que necesita para hacer su trabajo.
- **Proporcione un entorno** libre de distracciones. Asegúrese de que el lugar donde trabajen su hijo y el tutor sea silencioso y esté bien iluminado.
- **Establezca metas** que puedan alcanzarse. No espere que su hijo obtenga una A apenas comience las sesiones de tutoría. Ponga metas más pequeñas, como mejorar sus calificaciones de lengua unos puntos porcentuales por mes. Alcanzar esas metas indicarán si la tutoría está funcionando.
- **No tenga miedo** de hacer un cambio. No todas las relaciones entre tutores y estudiantes funcionan. Si su hijo no está alcanzando sus metas luego de algunos meses, tal vez sea hora de probar algo distinto.

Fuente: J. Schumm, Ph.D., *How to Help Your Child with Homework*, Free Spirit Publishing.

Comience a hablar con su hijo sobre la transición a la secundaria



A muchos escolares de intermedia y sus padres les espera una gran transición. ¡Faltan tan solo seis meses para que comiencen la escuela secundaria! Es posible que usted y su hijo estén nerviosos, especialmente con la incertidumbre que trajo la pandemia a los entornos de aprendizaje.

La mayoría de los estudiantes de intermedia:

- **Sienten emoción** por las oportunidades que les ofrece la escuela secundaria. Esto incluye nuevas amistades y más libertad. La secundaria también permite desarrollar nuevos intereses mediante una variedad de clases más amplia.
- **Sienten nervios.** Los estándares académicos, de comportamiento y de independencia de los estudiantes de secundaria son distintos de lo que la mayoría de los niños de intermedia

están acostumbrados. Es probable que también haya más estudiantes. Para aliviar la ansiedad de su hijo:

- **Aproveche los recursos disponibles.** Anime a su hijo a hablar con su consejero escolar y a hacerle cualquier pregunta que pudiera tener. También debería hablar con vecinos o amigos que ya están en la escuela secundaria y preguntarles sobre sus experiencias. Asegúrese de que vaya a las sesiones de orientación que ofrezca la escuela secundaria.
- **Hable con su hijo.** Comparta algunos de sus recuerdos positivos de la secundaria. Hable de las clases en las que su hijo quiera anotarse y sobre cómo administrará sus tiempos.
- **Anime a su hijo.** Comenzar la escuela secundaria es un gran hito. Su hijo está creciendo. Hágale saber que está orgulloso de él y que espera con ansias esta nueva etapa.

P: Por seguridad, no vamos a viajar durante el receso de primavera y mi hijo está desilusionado. Me he tomado la semana libre en el trabajo, pero nos quedaremos en casa. ¿Cómo puedo sacarle el mayor provecho a la semana sin gastar una fortuna?

Preguntas y respuestas

R: A causa de la pandemia por coronavirus, es muy probable que la mayoría de las familias no viajen. Sin embargo, tal vez lo hagan, al menos en la cabeza de su hijo. Y aunque no es necesario que organice actividades costosas durante el receso de primavera, es aconsejable hacer algunos planes entretenidos para hacer juntos durante la semana libre.

Estas son algunas ideas de bajo costo y divertidas para empezar:

- **Sean turistas en casa.** ¿Qué cosas atraen a los visitantes a su región? ¿Hay un campo de batalla histórico o una maravilla natural? ¿Un parque estatal hermoso? Sea lo que sea, probablemente no le hayan dedicado suficiente tiempo a disfrutarlo. Durante el receso de primavera, intente mirar su ciudad con ojos nuevos. Explore las atracciones de la zona con su hijo.
- **Sigan a un profesional de cerca.** ¿A su hijo le encantan los animales? Intente conseguir que pueda ser voluntario u observar las actividades de una clínica veterinaria cercana durante un día.
- **Convierta un día** en un “día de vacaciones”. Durante 24 horas, dele un descanso a su hijo de las tareas domésticas y las reglas (dentro de lo razonable). Permítale dormir, quedarse despierto hasta tarde o mirar varias películas adecuadas para la edad.
- **Visiten una universidad cercana.** No es necesario que coordinen una visita formal. Simplemente caminen por el campus. Si las universidades locales no reciben visitas, pueden hacer un recorrido virtual juntos.

Enfoque: el éxito en los exámenes

La preparación es la clave para obtener mejores resultados



Los exámenes de la escuela intermedia suelen ser más frecuentes, difíciles y abstractos que los de la escuela primaria.

Para ayudar a su hijo a mejorar su desempeño en los exámenes, comparta estas estrategias de preparación:

- **Destinar mucho tiempo al estudio.** Los maestros generalmente avisan con anticipación, a veces hasta una semana antes, cuándo tienen pensado tomar un examen. Su hijo debería comenzar a estudiar el día que se anuncia el examen.
- **Experimentar** con distintos métodos durante el estudio. Su hijo puede leer en voz alta y luego explicárselo a usted. Podría crear un diagrama, un póster o un modelo.
- **Probar dividir el material** en partes. La mayoría de los estudiantes aprenden mejor cuando el material está dividido en partes más pequeñas. Su hijo puede armar tarjetas con un solo dato relevante en cada tarjeta.
- **Pensar como un maestro.** Su hijo debería hacerse varias preguntas: *¿Cuál es la información más importante de esta unidad? ¿Qué conceptos está presentando esta unidad? ¿Qué partes de esta unidad me ayudarán a comprender el material de las próximas unidades?*
- **Crear una lista de los datos** y los conceptos importantes. Puede usarla para armar exámenes de práctica para él mismo.
- **Reservar el último día de estudio** para repasar. Debería intentar no estudiar conceptos nuevos el último día. Eso es estudiar de forma intensiva a último momento, y el material que se aprende de esa manera suele olvidarse tan rápido como se aprende.

Enséñele a su hijo estrategias que pueda usar durante los exámenes

Ciertamente, las pruebas no son la única manera de medir el aprendizaje, pero son una forma útil de verificar el progreso de los estudiantes. Y su hijo obtendrá buenas calificaciones si le va bien en los exámenes.

Anime a su hijo a:

1. **Leer las instrucciones** con atención y subrayar las palabras indicativas, como *compara, menciona, describe, define* y *resume*.
2. **Darle una leída rápida** a todo el examen. Debería pensar cuánto tiempo tiene y decidir cuánto tiempo puede dedicarle a cada pregunta.
3. **Comenzar a trabajar.** Debería responder primero todas las preguntas que sabe y colocar una marca junto a las preguntas a las que deberá volver luego.
4. **Volver a las preguntas marcadas** y responderlas lo mejor que pueda.



5. **Volver a revisar las respuestas** antes de entregar el examen. Debería asegurarse de que sus respuestas tengan sentido y que no haya cometido errores por descuidos.

Anime a su hijo a crear una lista de control para los exámenes



Si habla con su hijo de intermedia sobre la organización, probablemente piense en mantener su habitación

ordenada. Pero la organización también es un elemento fundamental del éxito académico.

Será difícil que le vaya bien en un examen si no sabe cuándo es el examen, qué estudiar ni qué materiales necesita.

En la escuela intermedia, se espera que su hijo lleve un registro de toda esta información, multiplicada por el número de clases que esté tomando. Muy pocas personas

pueden hacer esto mentalmente. Es necesario que su hijo cree una lista de control para prepararse para los exámenes y la consulte con frecuencia.

Para los próximos exámenes, su hijo debería escribir las respuestas de estas preguntas:

- **¿Cuál es la materia?**
- **¿Cuándo es el examen?**
- **¿Cuál es el formato del examen?**
- **¿Qué temas abarca?**
- **¿Cuáles son las páginas relevantes del libro de texto?**
- **¿Qué materiales necesito** para estudiar (libro de texto, apuntes, trabajos anteriores, cuestionarios)?