

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar

Notas Breves

Toc, toc

Su hija desea privacidad pero usted quiere mantenerse al tanto de lo que hace. Si cierra la puerta de su habitación después de la escuela o por la noche, dele un poco de tiempo. Luego, llame a la puerta para ver qué hace. Dígale que puede contar con usted si necesita hablar.

Ser puntual

Ayude a su hijo a cumplir lo mejor que pueda asegurándose de que llega con puntualidad a la primera clase. Procure que se levante lo suficientemente temprano para prepararse y desayunar. Llegar antes del primer timbre le permitirá empezar el día con calma y concentrarse en aprender.

¿SABÍA? USTED!

Según una encuesta reciente el 34 por ciento de los estudiantes del octavo grado han tomado alcohol el año pasado. Comente con su hijo los graves riesgos de beber alcohol durante la juventud sin olvidarse de mencionar problemas en la escuela, dificultades con los amigos, arrestos, adicción y daños al cerebro.

Vale la pena citar

“El momento siempre es bueno para hacer algo bueno”.

Martin Luther King, Jr.

Simplemente cómico

P: ¿En qué dirección quedan las Rocosas?

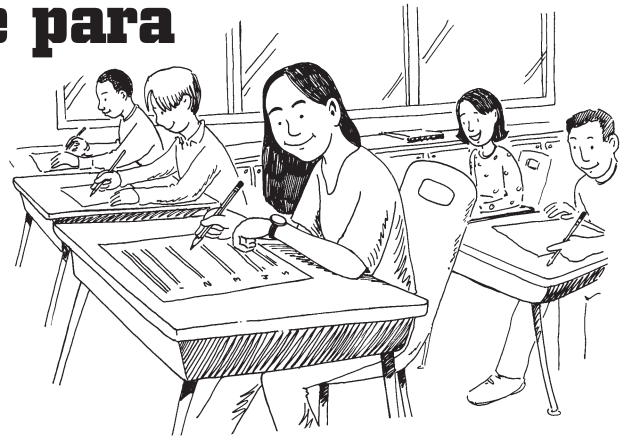
R: ¡Hacia arriba!



Prepararse para un examen

¿Cuándo debería empezar su hija a estudiarse un examen? ¡El día que le anuncian el examen! Cuanto antes empiece a prepararse, más probable es que el resultado sea excelente.

Aproveche estas ideas para ayudar a su hija a salir bien en los exámenes.



Atención a lo que te espera

Aconseje a su hija que averigüe cuanto pueda sobre el examen. Podría preguntar qué términos, fórmulas o capítulos entrarán. También puede preguntar a su maestro qué formato se utilizará. Para un test de elección múltiple tendrá que repasar datos, fechas y definiciones. Para redacciones y preguntas que requieran una contestación breve necesitará ser capaz de explicar ideas y conceptos.

Idea: Si el maestro celebra una sesión de repaso, asegúrese de que su hija no falte.

Estudia diariamente

Sugiera a su hija que se marque un tiempo de estudio fijo cada día (por ejemplo 30 minutos). Puede repasar los apuntes de clase y rellenar los detalles que no pudo anotar durante la clase. Otra idea es que relea las secciones del libro de texto y haga cuadros sinópticos o listas (cronologías históricas, símbolos químicos). Repasar con regularidad la ayudará a recordar los datos.

La estrategia durante el examen

Cuando le entreguen el texto del examen su hija debería leer las instrucciones con mucha atención. Podría contestar primero las preguntas fáciles y luego meterse con las secciones más complicadas. Anímela a no perder el reloj de vista para asegurarse de que le queda el tiempo suficiente para cada parte así como para repasar y corregir sus respuestas. 👍

¡Vivan las matemáticas!

Las matemáticas pueden complicarse en la escuela media. He aquí formas de apoyar a sus hijos en las clases más difíciles:

- Cuelgue una cartulina o un papel grande en la pared para que su hijo resuelva problemas de pie o mientras da vueltas por el cuarto. Descansar de la rutina en la mesa puede servirle de motivación.
- Sugiera a su muchacho que conteste los tests de práctica en cada capítulo de su libro de matemáticas. Indíquelo que contraste sus respuestas con las soluciones al final del libro y se estudie las que contestó mal hasta que le salgan bien.
- Anime a su hijo. Felicítelo por terminar sus deberes diarios, por buenos resultados en las pruebas y por la mejoría de sus notas en general. 👍

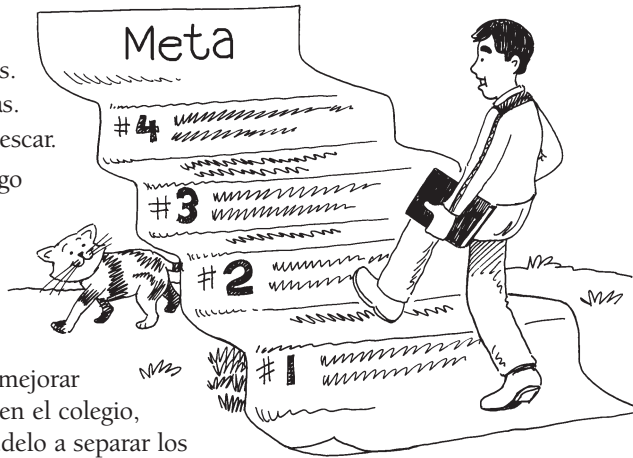


Ponerse metas

- Meta #1: Escribir mejores redacciones.
- Meta #2: Comer más frutas y verduras.
- Meta #3: Ahorrar para una caña de pescar.

Ponerse metas propone a los niños algo específico por lo que esforzarse y les proporciona un sentimiento de satisfacción cuando lo consiguen. Estimule a su hijo a alcanzar sus metas siguiendo estos pasos.

1. Identificar objetivos. ¿En qué quiere mejorar su hijo? Comente cómo le van las cosas en el colegio, con los amigos y en sus actividades. Ayúdelo a separar los



deseos de los objetivos: ¡los objetivos son cosas que él puede hacer realidad! **Idea:** Es más fácil conseguir una meta cuando se trata de algo importante para él.

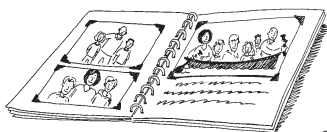
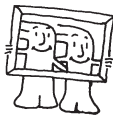
2. Escribirlos. Que su hijo se escriba una carta haciendo un esquema de sus planes y la guarde en un sobre en el que ponga "Metas". Puede leer la carta cada semana para reavivar la inspiración. O bien sugiérale que coloque sus objetivos en un tablón de anuncios para recordarlos con regularidad.

3. Controlar el progreso. Sugíerale que pruebe algo distinto si sus actos no lo acercan a su meta. Cambiar de estrategia evitará que pierda el rumbo y que se rinda. 👍

Actividades familiares

Para mantener fuertes los vínculos familiares, establezca nuevas tradiciones que los unan y creen recuerdos imborrables. Ponga a prueba estas sencillas ideas para unir aún más a su familia:

- Coloquen un rompecabezas en una mesa baja y siéntense juntos regularmente a componerlo.
- Elijan un proyecto de mejora del hogar para cada estación del año (pintar una habitación, hacer estantes).
- Vayan una noche a un concierto en el instituto o en el centro comunitario.



- Vean un concurso de televisión cada semana. Celebren competencias amistosas a ver quién contesta el mayor número de preguntas.

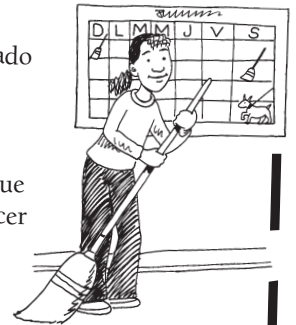
- Vayan de acampada en la primavera, el verano o el otoño.
- Celebren con regularidad sesiones de trabajos manuales (componer un álbum, hacer collares con cuentas).
- Planeen fiestas con originalidad. Por ejemplo, si su equipo llega al Orange Bowl, sirvan tentempiés con naranjas y vístanse con ropa naranja. 👍

De padre a padre Solución a las tareas

Cuando nuestra hija era pequeña hacía sus tareas de casa con regularidad. Pero este año, a Chandra se le había empezado a "olvidar" quitar la mesa o vaciar la basura.

Una tarde, a la vuelta del trabajo, vi a Chandra quitando las hojas con el rastrillo. Parecía que lo estaba pasando bien. Pero esa noche se resistió a hacer sus otras tareas. Nos dijo que entendía la necesidad de las tareas pero que se aburría de hacer las mismas semana tras semana. "¿Por qué no podemos cambiarlas?", nos preguntó.

Decidimos probar. Hicimos una lista de las tareas diarias y semanales y luego por turnos elegimos las que queríamos hacer cada uno. Por suerte el sistema ha dado resultado. A Chandra siguen sin gustarle algunas tareas pero por lo menos sabe que le tocarán otras distintas cada día. 👍



P & R Ciberacoso

P Me preocupa el ciberacoso. ¿Cómo puedo proteger a mi hijo de este nuevo tipo de acoso?

R El ciberacoso se produce cuando se reciben mensajes dañinos por Internet o por teléfono celular. Puede presentarse de muchas formas, desde comentarios groseros hasta extender rumores en foros o colgar fotos comprometidas.

Su hijo puede prevenir el acoso si da información personal (nombre, dirección electrónica, número de

celular) sólo a sus amigos. Si recibe correos electrónicos o mensajes de texto desagradables no debería contestar. Explíquele que contestar simplemente da a quien lo manda la satisfacción de haberlo molestado. Es bueno desconectarse de la computadora o apagar el celular.

Dígale a su hijo que debería comunicarle a un adulto si sufre ciberacoso. Usted puede informar a su servidor de Internet, a las autoridades escolares e incluso a la policía. 👍



NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de Aspen Publishers, Inc.
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559