

Marzo de 2016

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



## Notas Breves

### La escuela (sigue siendo) lo primero

¡La primavera está a la vuelta de la esquina! Cuando los días empiezan a ser más cálidos, puede que a su hija le tiente disfrutar del buen tiempo en lugar de estudiar o de ir al colegio. Dígale que usted se espera que siga al corriente en sus estudios y que no falte a clase. Comenten cómo puede sentirse renovada, por ejemplo puede reorganizar su lugar de trabajo o hacer los deberes al aire libre.

### ¿Retoños tardíos?

Si su hijo no se está desarrollando tan rápidamente como sus compañeros quizá se sienta algo cohibido. Asegúrele que su cuerpo se pondrá al día. Comparta con él su propia experiencia: si él es un retoño tardía, lo más probable es que uno de los padres también lo fuera. A continuación sugiérale que se concentre en lo que puede controlar, por ejemplo en comer bien y hacer ejercicio para estar sano.

### Una actitud humilde

Si su hija es humilde le será más fácil aceptar los comentarios de sus maestros y entrenadores y pedir ayuda a los demás. Dar prioridad a las necesidades de otras personas es una manera de practicar la humildad. Por ejemplo, podría ayudar a su hermanita a hacer los deberes aunque le apetezca más ver vídeos de YouTube.

### Vale la pena citar

“La manera de empezar es dejar de hablar y comenzar a hacer”. *Walt Disney*

### Simplemente cómico

**P:** ¿Qué crece según le quitas?

**R:** Un hoyo.



## Listos para las carreras del futuro

Hace cincuenta años nadie había pronosticado los empleos que hoy son necesarios. Y es probable que ocurra lo mismo con los empleos de mañana. Estas sugerencias ayudarán a su hijo a prepararse para un mundo en cambio mientras está en la escuela media.



### Saber qué aprender

Prepare a su hijo a adquirir nuevas habilidades. Cuando necesite descifrar algo, dígale que proponga ideas para conseguir información o instrucciones que le ayuden. Esto le enseñará a no rendirse si su primera idea no funciona. Si se atasca en un proyecto de ciencias, por ejemplo, podría consultar libros de la biblioteca, hablar con una tía que trabaje en ese campo o buscar en la red.

### Ser hábil con la información

En el trabajo su hijo tendrá que analizar y entender enormes cantidades de información. Puede practicar ahora cuando lea el material para sus clases. Por ejemplo, debería leer teniendo en cuenta preguntas específicas

pues se mantendrá centrado al buscar la respuesta. Hacer un esquema de los puntos más importantes puede ayudarle a concentrarse en la información más relevante.

### Trabajar con diversos grupos

Su hijo tendrá que colaborar con personas muy distintas a él en su futuro empleo. Cuando haga trabajos en grupo dígale que incluya a gente de otros ambientes que reforzarán a su equipo al aportar diferentes puntos de vista. Anímelo también a que identifique lo que tiene en común con los demás. Algunos compañeros quizá procedan de culturas distintas, pero les gusta la misma materia en el colegio o lo pasan bien con aficiones semejantes. 👍

## Triunfar en los test estandarizados

Puede que su hija tenga que hacer exámenes estandarizados en esta época del año. He aquí algunos útiles consejos:

- Dígale a su hija que coloque el horario de los test en la nevera para que recuerde en qué fecha tendrá el examen de cada materia.
- Anímela a que preste atención a las instrucciones. Muchos test exigen a los estudiantes que hagan algo más que rellenar círculos: quizá le pidan que enseñe su razonamiento en un problema de matemáticas o que seleccione dos respuestas en una pregunta de elección múltiple.
- Aunque el test no tenga límite de tiempo, su hija debería trabajar ininterrumpidamente y evitar dedicar demasiado tiempo a una sola pregunta para no exasperarse. Cuando termine puede volver atrás a las preguntas que se saltó y repasar su trabajo. 👍



# Enfrentarse a los dilemas

Los estudiantes de la escuela media a veces no están seguros de qué es lo que deben hacer, desde lidiar con asuntos relativos a las amistades hasta hacer frente a la presión de los compañeros. Anime a su hija a tomar buenas decisiones con estas estrategias.



enoje) o si no se lo dijera (su amiga sigue confiando en alguien en quien no debería confiar). Sugíerale también que se ponga en la situación de la otra persona. Si alguien hablara mal de ella, ¿querría saberlo?

**Consejo:** Explique a su hija que no siempre hay una respuesta perfecta, sino sólo la que es mejor para ella.

**Piensa en tus opciones.** Cuando ninguna respuesta le parece adecuada, le será útil hablar del asunto. Quizá su hija no sabe si debe decirle a su amiga que una compañera de clase ha dicho algo a sus espaldas. Pregúntele qué sucedería si se lo dijera (la amiga quizá se sienta herida y la compañera probablemente se

**Planea con anticipación.** Si su hija se empeña en encajar puede resultarle difícil hacer lo que es mejor en ese momento. Quizá sepa que algo está mal, pero no sabe cómo salir del compromiso. Representen posibles escenarios y propongan ideas para responder. Digamos que sus amigas quieren que distraiga al empleado de una tienda mientras ellas roban maquillaje. Podría describir las consecuencias (“Podrían detenernos”, “Me expulsarían del equipo de atletismo”) o ir al baño y llamarla a usted, dándole tiempo para evitar la situación. 👍

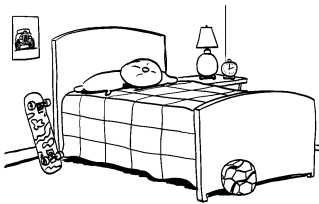
## PARA Los estudiantes de la escuela media tienen que dormir más

**P** Mi hijo saca buenas notas, pero sus maestros dicen que siempre tiene sueño y le cuesta concentrarse. ¿Qué me sugieren?

**R** Si su hijo come bien y no tiene síntomas de enfermedad o de uso de drogas, quizá esté simplemente cansado. El niño típico de 13 años necesita hasta unas 10 horas de sueño cada noche.

Durante la adolescencia el cuerpo de su hijo le envía señales para irse a dormir y despertarse más tarde de lo normal. Es posible que tenga que aprender a dormirse antes. Elijan una hora de acostarse cuando le sea fácil adormecerse. Luego cada noche anticipen 15 minutos la hora de acostarse. Para que pueda seguir con facilidad este horario, su hijo debería levantarse a la misma hora cada día.

Si su hijo sigue teniendo dificultad en concentrarse a pesar de dormir más, consulte con su pediatra. 👍



## Me alegra oír eso

La música es una forma entretenida de conectar con su hijo. Ponga a prueba estas ideas.

### Hagan una lista de canciones

Cada miembro de la familia elige canciones que le gusten y las pone en una lista de reproducción. Que su hijo le enseñe a hacerlo, ¡probablemente es un experto! A continuación reproduzcan sus listas y canten o bailen al compás (por ejemplo, mientras hacen las tareas de casa).

### Concurso de fonomímica

Cada uno de ustedes selecciona una canción conocida y a continuación mueven los labios fingiendo que dicen la letra mientras suena la canción. Elijan una fecha para cantarse las canciones y voten por el ganador.

### Nombra esa canción

Escuchen la radio o una lista de reproducción y denle un punto a la persona que diga el título más rápidamente. Den un punto extra al primero que diga el nombre de la banda o del artista. 👍



## De padre a padre

## Aprender palabras complejas

Mi hija se encuentra con palabras difíciles en sus clases. Cuando Melanie se desanimó, le sugerí que pidiera a sus maestros ideas para estudiar las palabras.

Una maestra la animó a que pensara en la raíz de la palabra. Por ejemplo, *audi* es la raíz de *audible*, *audiología* y *auditorio*. Unir las definiciones de la raíz (*audi* = oír, escuchar, sonido) y cualquier prefijo o sufijo

(*logía* = el estudio de una materia) le ayudará a captar el significado.

Otra maestra dijo que procurara usar esas palabras tanto como pudiera para familiarizarse con ellas. Por ejemplo, podría hacerse preguntas abiertas. (“¿En qué se diferencia una reacción *exotérmica* de una *endotérmica*?”) También podría usarlas cuando hable de los deberes o dé respuestas en clase.

Melanie también usa sus palabras en casa ¡y ahora todos aprendemos nuevo vocabulario! 👍



## 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 CCH Incorporated  
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5559