

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Enero 2020

La Mesa-Spring Valley School District
Extended School Services Program

Enséñele a su hijo a concentrarse en seis elementos de la escritura

Los estudiantes que aprenden a expresar sus pensamientos por escrito con eficacia son más propensos a tener éxito en la escuela, y más adelante en el campo laboral. Sin embargo, los estudiantes de intermedia suelen ser sensibles a las críticas de su trabajo y resistentes a las sugerencias.

Entonces, ¿cómo puede ayudar a su hijo a convertirse en un mejor escritor? Trate de orientarlo antes de que comience un trabajo escrito. Anímelo a concentrarse en estas seis áreas:

- 1. Ideas y contenido.** Lo que su hijo escriba debería tener un enfoque y no desviarse del tema.
- 2. Organización.** Lo que su hijo escriba debería tener una introducción, un desarrollo y un final claros. Los detalles deberían respaldar la idea principal.
- 3. Estructura de las oraciones.** Las oraciones deberían fluir con naturalidad. Su hijo debería evitar repetir patrones de palabras. Por ejemplo, podría iniciar una o dos oraciones con "Esto es", pero las demás deberían comenzar de manera diferente.
- 4. Voz.** Su hijo debería expresar sus pensamientos en sus propias palabras. Su personalidad y tono deberían verse plasmados en el texto.
- 5. Redacción.** Su hijo debe usar una ortografía, gramática y puntuación correcta para escribir con claridad. Recuérdele que corrija su trabajo cuidadosamente.



La presión de los compañeros no siempre es un problema

Los niños están muy pendientes de la apariencia, las palabras y las acciones de sus compañeros, y con frecuencia cambian su propio comportamiento en consecuencia. La manera en que usted responda a esto debería depender del tipo de influencia. La presión de los compañeros puede ser:

- **Positiva.** Los amigos de su hijo quieren obtener buenas calificaciones. Leen libros interesantes. Les divierte pasar tiempo en la casa de sus amigos. Su respuesta: reciba con agrado a los amigos de su hijo en casa. Elogie el esfuerzo de su hijo y sus amigos.
- **Neutral.** Su hijo usa el cabello despeinado porque sus amigos lo hacen. Su respuesta: no haga nada. Este comportamiento es común en la escuela intermedia, y es inocente e inofensivo.
- **Negativa.** A su hijo lo encuentran fumando o robando algo de una tienda con amigos. Su respuesta: diríjalo hacia actividades positivas y contrólole de cerca. Supervise las visitas de los amigos que suelen meterse en problemas. Anímelo a pasar tiempo con amigos que sean éticos. Concédale más libertad cuando recupere su confianza en él.

Refresque los hábitos con los propósitos de Año Nuevo

¿Acaso los hábitos de estudio de su hijo se han deteriorado? Aproveche el comienzo de un año nuevo para volver a empezar. Sugiera que:



- 1. Se comprometa** a una rutina para la tarea. Dígame que escoja un horario fijo para estudiar todos los días y lo cumpla.
- 2. Haga una tarea** por vez. Hacer muchas cosas al mismo tiempo no funciona. Inste a su hijo a que se concentre en una tarea por vez.
- 3. Se trace una meta nueva.** ¿Le gustaría subir su calificación de lengua? ¿Qué deberá hacer para alcanzar esa meta? Determinar los pasos a seguir hace que las metas sean más fáciles de lograr.

¿Qué es la responsabilidad?

Para promover el comportamiento responsable, verifique que su hijo comprenda lo que implica. Las personas responsables:

- **Hacen** lo que deben hacer, aunque no tengan ganas.
- **Hacen** todo lo que pueden por sí mismos.
- **No** se dan por vencidos cuando la situación se torna difícil.

Motive a su hijo con una actividad de autoafirmación

Los estudios revelan que escribir sobre un valor personal (como la honestidad) puede aumentar el rendimiento en la escuela. Se le pidió a un grupo de estudiantes de intermedia que escriban varias veces sobre cómo sus valores afectaban la manera en la que actuaban y se sentían. Estos estudiantes mejoraron sus calificaciones, y el año siguiente, se inscribieron en clases más rigurosas.



Para probar una técnica similar en casa, ayude a su hijo a hacer una lista de valores que considera importantes. Dele un diario y sugiera que escriba sobre uno de ellos cada tanto.

Fuente: M. Martinovich, "Self-affirmation plays role in minority students' college success," Phys.org, niswc.com/affirm.



El estrés está afectando a mi hijo. ¿Qué puedo hacer?

P: El estrés parece ser un problema para mi hijo de sexto grado. Todo lo altera, desde la tarea hasta el clima. ¿Cómo puedo ayudarlo a aliviar el estrés para que pueda aprender?

R: Pasar de la escuela primaria a la intermedia representa un cambio grande. Es normal que los niños no estén de buen ánimo de vez en cuando. Pero si el estrés, en lugar de lo que lo genera, está afectando el aprendizaje y el bienestar de su hijo, es hora de tomar medidas.



Para enseñarle a su hijo a aliviar el estrés cotidiano, ayúdelo a:

- **Detectarlo con anticipación.** ¿Acaso su hijo aprieta los dientes o se muerde las uñas cuando comienza a sentir ansiedad? Ese es el momento en el que debe tomar medidas. El estrés es más fácil de aliviar cuando se lo detecta temprano.
- **Planificar maneras de reaccionar.** Por ejemplo, si una tarea grande lo hace sentirse abrumado, puede dividirla en partes más pequeñas.
- **Liberar la tensión.** Tomarse un descanso para ejercitarse, leer o lanzar unos tiros al aro con un amigo podría ser todo lo que su hijo necesita para calmarse.
- **Desarrollar hábitos saludables.** Llevar una dieta nutritiva y dormir suficiente puede ayudar a aliviar la ansiedad.

Deje que su hijo sepa que no está solo, y que usted lo ayudará a superar el estrés. Consulte con el médico o el consejero escolar si la situación no mejora.

Cuestionario Para Padres

¿Ayuda a su hijo a pensar en el futuro?

La adultez podría sentirse como un sueño muy lejano para su estudiante de intermedia. Sin embargo, pensar ahora en su futuro lo ayudará a convertir su sueño en una realidad positiva. ¿Está ayudando a su hijo a pensar en el mañana? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Anima** a su hijo a cursar materias rigurosas?
2. **¿Le pregunta** a su hijo en qué tipos de carreras le gustaría desempeñarse de adulto?
3. **¿Habla** sobre las opciones para la educación superior (universidad, escuela técnica, etc.)?
4. **¿Le dice** a su hijo que usted espera que obtenga el mayor nivel de educación posible?
5. **¿Ayuda** a su hijo a adquirir hábitos de estudio que lo ayudarán a tener éxito con los trabajos más complejos en el futuro?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a concentrarse en el futuro. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“Lo mejor que podemos hacer con el futuro es prepararnos y saborear las posibilidades de lo que podemos hacer en el presente”.

—Todd Kashdan

Herramientas digitales útiles

A los estudiantes de hoy en día les encanta la tecnología. Y el mundo virtual puede ser una manera eficaz de fomentar el interés en el aprendizaje. Su hijo puede usar herramientas tecnológicas para:

- **Aprender habilidades para la tarea.** Cuando quiera saber cómo resolver ecuaciones cuadráticas o citar fuentes, puede buscar un video sobre el tema en YouTube (www.youtube.com).
- **Estudiar para un examen.** Puede usar una aplicación o un sitio web como quizlet.com y kahoot.com para crear pruebas y juegos personalizados para memorizar información.
- **Trabajar en un proyecto.** Puede buscar herramientas para crear presentaciones y afiches en prezi.com y glogster.com.

Aborde las protestas con calma

Usted ya ha establecido reglas y consecuencias, pero ahora su hijo se queja de ellas. Para manejar los arrebatos y enojos:

- **Dele a su hijo** tiempo y espacio para tranquilizarse. Retomen la conversación cuando ambos estén en control de sus emociones.
- **No ceda** si las decisiones que ha tomado son razonables. Muéstrela a su hijo que suplicar y hacer berrinches no modificará su opinión.

Apoye el éxito de su hijo

Los niños que se sienten amados y apoyados en casa son más felices y propensos a rendir bien en la escuela. Las encuestas muestran que los estudiantes quieren que los padres:



- **Sean buenos ejemplos.**
- **Los guíen.**
- **Los traten** con respeto.
- **Se den cuenta** cuando hacen algo bien.
- **Eviten dar la lata** por los errores.
- **Los animen** a rendir su máximo en la escuela y fuera de ella.

Fuente: A. Jackson y otros, *Making the Most of Middle School: A Field Guide for Parents and Teachers*, Teachers College Press.

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