ESCUELA INTERMEDIA

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

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

*Enero 2021*

La Mesa - Spring Valley School District
Extended School Services Program

## Dele a su hijo la fórmula para el éxito en los exámenes de matemáticas

Tal vez su hijo no esté seguro de cómo estudiar para los exámenes de matemáticas. Después de todo, no hay muchas fechas para recordar y es difícil predecir los problemas específicos que podría incluir el maestro. Sin embargo, *sí* hay algunas estrategias para estudiar matemáticas que lo ayudarán a rendir a su máximo potencial.

Antes de un examen, anime a su hijo a:

- **Mantenerse al día con los trabajos.** Así podrá estudiar sin tener que aprender material nuevo antes.
- **Practicar.** Dígale que vuelva a resolver los problemas de los trabajos y las pruebas anteriores. Debería enfocarse en los tipos de problemas que le han resultado difíciles de comprender o que hizo mal hasta que tenga confianza en que puede resolverlos sin inconvenientes.
- **Hacer tarjetas didácticas con las fórmulas.** Puede escribir cada fórmula o proceso que debe saber en una tarjeta y evaluarse a sí mismo.

Recuérdele a su hijo que, durante el examen, debería:

- **Escribir las fórmulas que memorizó** antes de comenzar a responder las preguntas.
- **Hacer cálculos aproximados.** Si un paso de un problema le pide que reste 32 de 109, puede calcular que la respuesta debería ser alrededor de 80. Si obtiene 17, debería darse cuenta de que cometió un error y volver a realizar la cuenta.
- **Revisar su trabajo.** Puede volver a resolver cualquier problema que le genere dudas y buscar errores por descuido, como puntos decimales mal colocados.

## Adapte las reglas, pero no el enfoque

Los escolares de intermedia no son todos iguales. Y su hijo podría estar cambiando tanto que parece una persona diferente minuto a minuto. Por eso, no es de extrañar que no existe un único método disciplinario que se adecúe a todos los niños de esta edad.

Aún así, usted puede aplicar un enfoque disciplinario sistemático mientras se adapta a las necesidades cambiantes de su hijo. Hágalo así:

- **Mantenga sus emociones** bajo control. No discipline a su hijo cuando está enojado. Tranquilícese antes.
- **Considere las emociones** de su hijo. Si está molesto, deje que se calme (o al menos reconozca sus sentimientos) antes de imponer una consecuencia.
- **Escuche.** No deje que su hijo lo convenza de por qué usted no debe aplicar la consecuencia. Pero sí muéstrele respeto escuchándolo incluso mientras la aplica.
- **No ceda** cuando se trata de reglas no negociables sobre cosas como seguridad y consumo de sustancias nocivas.

Fuente: S. Brown, *How to Negotiate with Kids ... Even When You Think You Shouldn't*, Penguin.

## El aprendizaje socioemocional ayuda a los niños a triunfar

Los educadores hablan mucho de la importancia del aprendizaje socioemocional (SEL por sus siglas en inglés). Este tipo de aprendizaje no es académico, pero mejora los resultados académicos. Para fomentarlo en casa, ayude a su hijo a mejorar su:

- **Conciencia de sí mismo.** Ayúdelo a explorar sus sentimientos, motivaciones, fortalezas y límites.
- **Autocontrol.** Dele consejos para controlar su temperamento y conducta.
- **Conciencia social.** Enséñele a considerar los puntos de vista de otras personas.
- **Habilidades vinculares.** Ayúdelo a analizar qué puede hacer para mejorar sus relaciones inestables.
- **Toma de decisiones responsables.** Ayúdelo a considerar las consecuencias de sus acciones.

## Impulse los propósitos

Hacer propósitos de aprendizaje puede revitalizar la motivación de su hijo. Sugiera áreas como:

- **Lectura.** ¿Podría proponerse agregar 15 minutos de lectura por placer a su rutina nocturna?
- **Escritura.** ¿Podría fortalecer sus destrezas al escribir en un diario personal todos los días?
- **Proyectos.** Anímelo a que se proponga planificar cada paso y comenzar temprano.

## Disfruten el tiempo solos

Las condiciones actuales significan que los estudiantes que suelen ser sociales están pasando mucho más tiempo solos. Recuérdele a su hijo que es una persona valiosa y que puede ser feliz en su propia compañía. Ayúdelo a enriquecer el tiempo que pasa solo con:

- **Actividades** artísticas o creativas.
- **Ejercicio.**
- **Cocina.**
- **Tiempo** para soñar despierto.

Copyright © 2021, The Parent Institute®, www.parent-institute.com

ESCUELA INTERMEDIA

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

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

*Enero 2021*

## P y R Mi hijo no habla de los problemas. ¿Qué debo hacer?

**P: Está claro que algo está preocupando a mi estudiante de séptimo grado, pero él no habla del tema. ¿Debería respetar su privacidad? Si no, ¿cómo puedo hacer que confíe en mí?**

**R:** Los adultos no son los únicos que han estado estresados este último año. Y si bien los adolescentes suelen ser reacios a comunicarles sus problemas a sus padres, usted debería seguir tratando de averiguar por qué su hijo está molesto. Aunque sea una cuestión menor, si persiste durante días o semanas, puede afectar su salud y su trabajo escolar.

Para tratar de que hable sin presionarlo:

- **Exprese preocupación.** "Siento que hay algo que no me estás contando. Me preocupo por ti y estoy a tu lado sin importar qué suceda. Puedes hablarme de cualquier cosa. Mi trabajo es ayudarte a resolver cualquier situación".
- **Establezca expectativas.** "Respeto el hecho de que quieras manejar las cosas por ti mismo, pero necesito que me cuentes qué está sucediendo. Puedes tomarte un tiempito más para pensarlo, pero tratemos de resolver esto juntos después de la cena".
- **Busque apoyo.** Si su hijo se niega a hablar, contáctese con su médico, consejero escolar, entrenador u otra figura de confianza en su vida. Trabajen juntos para ayudar a su hijo a sacarse el peso de encima y seguir adelante.

## Cuestionario Para Padres ¿Fomenta las decisiones que apoyan el éxito escolar?

La escuela intermedia es un momento ideal para que su estudiante aprenda que puede tomar decisiones que mejorarán su futuro. ¿Está ayudando a su escolar de intermedia a tomar decisiones académicas positivas? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

___**1. ¿Anima** a su hijo a cursar las clases más rigurosas que pueda manejar?

___**2. ¿Habla** con su hijo de la importancia de leer para aprender?

___**3. ¿Mira** las noticias con su hijo y lo anima a interesarse en los acontecimientos actuales? Esto puede aumentar su conocimiento cívico y de historia.

___**4. ¿Insta** a su hijo a aprender un idioma extranjero en la escuela intermedia, de ser posible?

___**5. ¿Habla** sobre maneras en que los intereses de su hijo podrían combinarse con sus clases o futura carrera?

### ¿Cómo le está yendo?

*Si la mayoría de sus respuestas fueron* sí, *usted está ayudando a su hijo a tomar decisiones que lo beneficiarán en el futuro. Para cada respuesta* no, *pruebe esa idea en el cuestionario.*

"Las decisiones son las bisagras del destino".
—Edwin Markham

## Supere las trabas del estudio

Cada niño tiene sus propios desafíos cuando se trata del estudio. Sin embargo, algunas cuestiones son comunes a muchos estudiantes. Si su hijo:

- **Tiene dificultad para recordar** lo que lee, dígale que haga un esquema. Puede agrupar el material con elementos en común. Luego puede estudiar el material por grupo.
- **Ha estudiado,** pero le falta confianza en sus conocimientos, dígale que haga un examen de práctica. Puede escribir preguntas sobre los temas clave, y luego responderlas.
- **Ha esperado hasta el último minuto** para estudiar para el examen de un capítulo, dígale que lea la introducción y el resumen, y revise los términos clave y cualquier pregunta que aparezca al final del capítulo.

## Use el pensamiento profundo

Al escribir sobre literatura o historia, los estudiantes necesitan apoyar sus ideas con ejemplos relevantes. Ayude a su hijo a clarificar sus pensamientos haciendo preguntas como estas:

- **¿Qué información** lo ayudó más al formar su opinión o conclusión? ¿Por qué?
- **¿Qué ideas** descartó? ¿Por qué?
- **¿Puede pensar** en cualquier cosa que podría hacerlo cambiar de opinión?

Fuente: L. Chesser, "50 Questions to Help Students Think About What They Think," Teachthought, niswc.com/thinkwrite.

## Frene las malas contestaciones con un tono respetuoso

Algunas veces, las afirmaciones que parecen despectivas o irrespetuosas son el intento de un escolar de intermedia por mostrarle que su opinión es diferente que la de usted. Dígale a su hijo que puede discrepar, pero que debe expresar su opinión de manera adecuada. Para mostrarle cómo hacerlo, reformule su punto en un tono respetuoso.

**Ayudando a los Estudiantes a Aprender™**

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.
Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Alison McLean.
Gerente de Producción: Sara Amon.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.
Copyright © 2021, 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

Copyright © 2021, The Parent Institute®, www.parent-institute.com

X02594130