

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Abril 2017

Howell Township Public Schools

## Analice y aplique estas estrategias eficaces para la hora de los exámenes

El año escolar está por concluir y se acercan los exámenes finales. Si este es el primer año de su hijo en la escuela intermedia, tal vez nunca haya tenido que rendir un examen final. Para ayudarlo a salir bien en estas pruebas tan importantes, pídale a su hijo que:

- **Empiece a prepararse ya mismo.** Los exámenes de fin de año vienen de golpe, uno tras otro. Es posible que su hijo tenga cuatro exámenes en una semana. Debería comenzar a estudiar todo ese material con semanas de anticipación, no unos pocos días antes.
- **Programe su tiempo.** Pídale a su hijo que anote en un calendario su horario de estudio y para hacer las tareas. Por ejemplo: lunes—hacer la tarea de matemáticas, estudiar ciencia 30 minutos antes de la cena; estudiar inglés 30 minutos después de la cena.
- **Duerma lo suficiente.** La noche antes de un examen, su hijo debería repasar el material una vez más. Luego, lo mejor es que se acueste a una hora que le permita dormir por lo menos nueve horas.
- **Lea rápidamente antes de empezar.** Si fuera posible, su hijo debería leer todo el examen cuando lo reciba. La idea es determinar qué preguntas puede contestar rápidamente y abordarlas primero. Luego, podría volver a aquellas sobre las que duda y pensar en las respuestas con mayor detenimiento.
- **Elimine las respuestas incorrectas.** Si el examen es de opción múltiple, su hijo debería eliminar cualquier respuesta que está seguro no es correcta. Si no sabe cuál es la respuesta acertada, tendrá menos opciones de entre las cuales seleccionar una.



## Saque provecho de toda oportunidad para escuchar

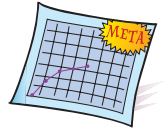
Los estudiantes de intermedia no siempre les cuentan a sus padres lo que está pasando en sus vidas. Pues entonces, cuando ellos quieran hablar, es importante que los padres se detengan y les presten atención.

Si su hijo se le acerca y le dice, "Algo muy chévere pasó hoy día", no pierda la oportunidad de conversar con él porque está consultando sus correos electrónicos. Dele su atención, completamente. Es posible que se vuelva a sincerar con usted otra vez.

## Ayude al tutor de su hijo

Si hacer las tareas se ha convertido en una verdadera batalla campal, o si las calificaciones de su hijo están empeorando, tal vez sea útil contratar a un tutor particular para que le dé asesoramiento individual. Para que su hijo aproveche al máximo las sesiones de estudio con el tutor:

- **Dele un lugar libre de distracciones** para trabajar con el tutor.
- **Trace metas alcanzables,** como mejorar sus calificaciones un poquito cada mes.
- **Evite "aportar".** Guárdese sus comentarios y abórdelos con el tutor después de la sesión de trabajo.



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



## Los jóvenes deben respetarse a sí mismos

El respeto por uno mismo les permite a los estudiantes de intermedia verse como individuos que merecen ser tratados de forma amable y equitativa. Además, los ayuda a entender que deberían tratar a los demás de la misma manera. Para promover el respeto de su hijo por sí mismo:

- **Señale los talentos de su hijo** y explíquele que otras personas tienen diferentes fortalezas y debilidades. La capacidad de alegrarse por los demás, en lugar de sentir envidia por los éxitos ajenos, es un componente importante del respeto por uno mismo.
- **Expresé firmemente** su oposición al consumo de sustancias peligrosas. Dígame a su hijo que el respeto por sí mismo incluye respeto por su salud y seguridad personales.
- **Promueva una actitud positiva** Anime a su hijo a empezar de nuevo después de sufrir un revés.
- **Ayude a su hijo a resistir** a la presión negativa de los compañeros. Hable de las maneras en las que puede evitar situaciones que no son beneficiosas para él.
- **Dé el ejemplo a seguir.** Trate a su hijo, y trátese a sí mismo, con respeto.

Fuente: S. Covey, *The 7 Habits of Highly Effective Teens*, Touchstone.

## El servicio comunitario amplía su perspectiva

El voluntariado le ofrece a su hijo la oportunidad de tener un impacto en la comunidad y de aprender lecciones valiosas. Trabajar como voluntario ayuda a su hijo a:



- **Adquirir conocimientos.** Proporcionar asistencia a los grupos desfavorecidos ayudará a su hijo a comprender que son personas como él y merecen ser tratadas con respeto.
- **Expandir sus horizontes** más allá de la escuela, su casa y su grupo de amigos. Su hijo se concentrará sobre los problemas que afectan a la comunidad y cómo podría contribuir a solucionarlos.

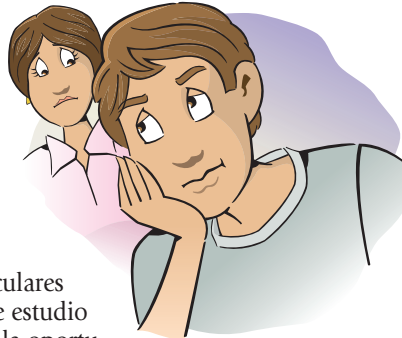


## ¿Hay un problema en dejar a mi hijo solo por las tardes?

**P:** Trabajo a tiempo completo. Mi estudiante de séptimo grado tiene la madurez como para quedarse solo después de la escuela, pero me preocupa que esté sin supervisión en casa todas las tardes. ¿Hay problema en que un adolescente se quede solo tanto tiempo? ¿Qué debo hacer?

**R:** En esta situación, la mejor opción podría ser una combinación de medidas. Ya que usted considera que su hijo es responsable como para quedarse solo un par de horas, lo mejor sería limitar el número de días por semana que se queda sin supervisión. Para encontrar alternativas para esas horas después de la escuela:

- **Investigue qué programas** extracurriculares ofrece la escuela. Participar en una hora de estudio supervisado o en un club le dará a su hijo la oportunidad de pasar el rato con otros jóvenes una o dos veces por semana.
- **Averigüe qué opciones ofrece su comunidad.** Vea qué le ofrece el centro comunitario de su localidad. ¿Acaso la ciudad donde vive tiene un programa deportivo? Tal vez pueda turnarse con otros padres para transportar a los estudiantes a los entrenamientos.



Para ayudar a su hijo a mantenerse seguro cuando llegue a casa solo, tenga a la vista una lista de números a los que podría llamar en caso de emergencia, incluyendo un vecino o un adulto de confianza en caso no pueda comunicarse con usted. Su hijo debería comprender sus reglas, tal como avisar que llegó, a quién abrir la puerta, cocinar e invitar a sus amigos a la casa.

### Cuestionario Para Padres

## ¿Está haciendo hincapié en la asistencia?

El clima está un poco más cálido, pero todavía no ha llegado el verano. Su hijo debe asistir a todas sus clases hasta que el año escolar termine. ¿Está usted haciendo todo lo que puede para que su hijo asista a la escuela puntualmente, todos los días? Responda *sí* o *no*:

1. **¿Está recalcando** que la asistencia a la escuela es lo más importante para su hijo?
2. **¿Evita** sacar a su hijo de la escuela, a no ser que se trate de una emergencia familiar o una enfermedad?
3. **¿Le ha dejado** en claro a su hijo que no tolerará que falte a la escuela?
4. **¿Anima** a su hijo a establecer rutinas que lo ayudarán a llegar a la escuela a tiempo, tal como poner un reloj despertador?
5. **¿Le pidió** a la escuela que lo notifique si su hijo está ausente?

### ¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que usted le está dejando en claro a su hijo lo importante que es asistir a la escuela. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“En términos automotrices, el niño es el motor pero los padres son el volante que guía.”  
—Benjamin Spock, M.D.

## Tenga a su hijo en mente al establecer expectativas

Cuanto más claras sean las expectativas que tiene para su hijo, más probable será que él las satisfaga. Pero es importante que sus expectativas sean razonables. Cuando las determine, pregúntese:

- **¿Son flexibles mis expectativas?** Toda información general sobre lo que los estudiantes de cierta edad “deberían” hacer se basa en *promedios*, no en individuos. Sus expectativas deberían ser apropiadas para su hijo.
- **¿Son realistas?** Si su hijo siempre ha sido un estudiante renuente desde el jardín de infancia, no tiene sentido esperar que se destaque en el curso avanzado de inglés.

## La lectura de comprensión comienza con preguntas

Su hijo aprovechará mucho más lo que lee si piensa *antes* de sumergirse en la lectura. Debería preguntarse:



- **¿Qué sé ya sobre** este tema?
- **¿Por qué estoy leyendo esto?** ¿Qué tendré que saber después de terminar?
- **¿Qué puede ayudarme** a concentrarme en la lectura? ¿Debería sentarme derecho o cambiar mi lugar de estudio?

## Hablar mejora la disciplina

Es natural que los estudiantes de intermedia cuestionen la autoridad. Quieren poder opinar sobre lo que les pasa a ellos, o por lo menos entender por qué ocurre. Para que la disciplina sea más eficaz:

- **Explíquelo las razones** por las cuales tiene las reglas que tiene. Tal vez su hijo no se dé cuenta que cierta regla es para garantizar su seguridad, por ejemplo.
- **Hable con su hijo frecuentemente**, y no solo de las maneras en que podría mejorar. Demuestre que tiene interés en sus opiniones y en su vida. Es más probable que se atenga a sus reglas si sabe que usted lo quiere y se preocupa por él.

Fuente: C. Pratt, “Middle School Discipline That Works,” EduGuide, [nswc.com/discipline\\_reasons](http://nswc.com/discipline_reasons).

## Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: L. Andrew 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.

Formato e Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Copyright © 2017, 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](http://www.parent-institute.com) • ISSN 1527-1064