

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Febrero 2017

Howell Township Public Schools

Consejos de los maestros para ayudar a su hijo a rendir mejor

Los maestros de intermedia no siempre tienen el tiempo que quisieran para conversar con los padres de cada uno de sus estudiantes, ya que tienen que enseñar varias clases. Las conferencias de padres y maestros son, frecuentemente, muy breves y no les permiten a los maestros expresar todo lo que quisieran.

Estas son algunas cosas que los maestros quieren que todas las familias hagan para promover el aprendizaje de sus hijos:

- **Supervise a su hijo** cuando haga las tareas. Esté al tanto de sus tareas, exámenes y proyectos. Hágale preguntas a su hijo si parece que nunca le asignan nada.
- **Comuníquese con los maestros** de su hijo si tiene preguntas o algo le preocupa. Tiene el derecho y la responsabilidad de saber cuáles son sus notas y cómo le va en la clase en general.
- **Conozca a los amigos de su hijo.** Por lo general, la influencia de los compañeros adquiere mayor importancia en la intermedia. Si su hijo empieza a pasar el rato con amigos que nunca estudian, o exhiben un comportamiento peligroso, es más probable que su hijo quiera hacer lo mismo.
- **Supervise el nivel de estrés de su hijo.** Los estudiantes de intermedia tienen que lidiar con una infinidad de cosas. El horario semanal de su hijo debería incluir tiempo para la familia, así como también algo de tiempo para relajarse.
- **Dígale a su hijo que lo quiere mucho.** Dígaselo con frecuencia (pero no delante de sus amigos). Escúchelo y aliéntelo. Recuerde, usted continúa siendo la persona más importante e influyente en la vida de su hijo.



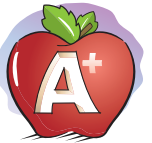
Incite el deseo de aprender

A los estudiantes de intermedia les encanta la tecnología, y aplicarla al aprendizaje podría ser una gran motivación. Entonces, cuando su hijo tenga que hacer un proyecto, anímelo a considerar incluir elementos multimedia que podría crear en la computadora, su Tablet o el teléfono. Estará adquiriendo experiencia con la tecnología informática y, como se divertirá en el proceso, se sentirá inspirado a seguir aprendiendo.

La comida nutritiva es el combustible para aprender

¿Qué hay en el plato de su hijo?

Los estudios revelan que los jóvenes que llevan una dieta saludable aprenden mejor. Para ayudar a su hijo a comprenderlo y tomar decisiones más responsables respecto a la comida:



- **Comente lo que dicen los expertos.** Los estudiantes que no comen una cantidad adecuada de frutas, verduras y derivados lácteos tienden a obtener calificaciones más bajas.
- **Si es simple, mejor.** Tenga a mano en la cocina fruta fresca, verduras cortadas, leche descremada y frutos secos.
- **Insista en que tome el desayuno.** Su hijo no puede rendir bien en clase si tiene hambre.

Fuente: "Health and Academic Achievement," National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Population Health, CDC.gov, nswc.com/eatright.



Cinco pasos para tomar buenas decisiones

Para alcanzar éxito tanto en la escuela como en la vida, pocas cosas son más importantes que adquirir la capacidad de tomar decisiones sensatas. Guíe a su hijo usando este proceso de cinco pasos:

1. **Informarse.** Si su hijo tiene que decidir si puede tomar el trabajo de cuidar el perro del vecino durante el fin de semana, debería primero averiguar exactamente qué se esperará de él.
2. **Considerar posibles conflictos.** Tiene que estudiar. También lo invitaron a un cumpleaños. ¿Puede hacer ambas cosas y además pasear al perro?
3. **Pensar en el impacto** que sus decisiones tendrán en los demás. Si cuidar el perro implica que se perderá la fiesta, ¿se enojará su amigo? Si decide no tomar el trabajo, ¿será que el vecino se lo pedirá otra vez?
4. **Sugerir alternativas.** ¿Podría su hijo explicarle a su amigo que quiere un trabajo estable cuidando mascotas? Tal vez puedan salir juntos la próxima semana.
5. **Aceptar que una buena opción,** en muchos casos, requerirá de un pequeño sacrificio para lograr un beneficio mayor a largo plazo.

Fuente: B.A. Lewis, *What Do You Stand For: For Teens*, Free Spirit Publishing.

La boleta de calificaciones es una guía hacia metas futuras

Cuando su hijo llega a casa con su libreta de calificaciones, considérela como una oportunidad de aprender. Con su hijo:



- **Coméntenla.** Con toda calma, hable de cualquier sorpresa, buena o mala.
- **Establezcan una meta.** Si a su hijo le fue bien, hable de cómo podría continuar por este camino. Si tuvo dificultades, piense de qué manera podría mejorar.
- **Celebren.** Una A siempre es una buena razón para celebrar, pero si su hijo se esforzó y subió la nota de una C a una B, ¡también se ha ganado una palmadita en la espalda!



¿Qué debo hacer si descubro que mi hijo se ha copiado?

P: Pesqué a mi hijo copiando todas las respuestas de la tarea de un compañero. Me ha dicho que eso no es nada grave y que todos lo hacen en la intermedia. ¿Qué puedo hacer para que no vuelva a copiar?

R: Copiar es un problema grave. Pues entonces, programe tiempo para hablar de ello con su hijo y escuche atentamente lo que él le diga.

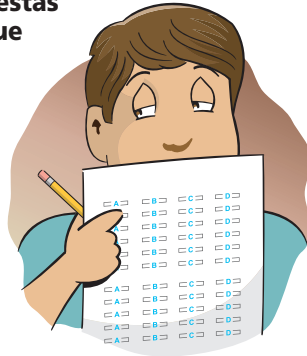
Explíquelo que copiar es algo serio, y que *nunca* es aceptable. Es deshonesto, y no es justo para con aquellos estudiantes que no copian. Y lo que es más aún, le priva a su hijo de aprender todo lo que tiene que saber para tener éxito en la vida.

Pregúntele a su hijo por qué cree que necesita copiar. ¿Tiene miedo de decepcionarlo o recibir un castigo si trae calificaciones menos que estelares? ¿Está tratando de recibir un premio por notas sobresalientes? Recuerde, no debe hacer hincapié en las calificaciones. Haga hincapié en la importancia de aprender por el simple hecho de aprender.

Luego, trabajen juntos para encontrar soluciones y ponerle fin a la deshonestidad académica:

- **Ayude a su hijo a administrar su tiempo.** Revise que su horario incluya suficiente tiempo para hacer tareas y estudiar.
- **Ayúdelo a mejorar sus hábitos de estudio** para que pueda obtener mejores calificaciones por mérito propio.
- **Anímelo a pedir ayuda a los maestros** si no comprende algo.

Si el problema continúa, hable con los maestros. Juntos, podrán hacer lo necesario para encarrilar a su hijo por el buen camino.



Fíjese que el horario de su hijo no esté sobrecargado

Las actividades extracurriculares son divertidas para los niños, y pueden realzar su educación. Pero es importante verificar que las actividades extracurriculares no interfieran con su capacidad de desempeñarse bien en clase. Esté atento a:

- **Las calificaciones de su hijo.** ¿Han empeorado sus notas desde que comenzó la temporada de baloncesto?
- **Sus hábitos de trabajo.** ¿Se queda trabajando y estudiando tarde por la noche?
- **Su humor y estado de ánimo.** Su hijo, que solía ser tranquilo, ¿se ha vuelto irritable y estresado? Tal vez tenga mucho que hacer.

Si su hijo está abarcando demasiado, considere eliminar algunas actividades durante un tiempo.

Use los mensajes de texto

Enviar mensajes de texto es el idioma de los estudiantes de la intermedia. Y puede ser una manera estupenda de mejorar la comunicación con su hijo. Enviar mensajes de texto puede:



- **Mantenerlo informado** de dónde y con quién está su hijo. Y él no se sentirá avergonzado porque sus amigos lo escucharán hablando por teléfono con sus padres.
- **Ayudar a su hijo a seguir instrucciones.** Si le envía direcciones por escrito, podrá consultarlas si fuera necesario.

Ciertamente que los mensajes de texto no deberán tomar el lugar de una conversación con su hijo. Y no se olvide de obedecer las normas de la escuela respecto al uso de los teléfonos móviles.

Cuestionario Para Padres

¿Está listo para los romances preadolescentes?

Aunque le parezca prematuro, muchos preadolescentes empiezan a tener un novio o novia durante los años de la intermedia. ¿Está usted preparado para ayudar a su hijo a lidiar con una relación amorosa? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Habla** con su hijo de los puntos básicos de una relación amorosa: respeto por sí mismo, respeto hacia la otra persona, amabilidad y consideración?
2. **¿Hablan** de las reglas que ha impuesto y le recuerda que la escuela es lo primero?
3. **¿Habla** de los valores de su familia, y de lo que se considera un comportamiento apropiado?
4. **¿Habla** de las consecuencias que acarrea el comportamiento riesgoso?
5. **¿Mantiene** la calma? A esta edad, muchas relaciones son más bien amistosas, en lugar de ser "serias".

¿Cómo le está yendo?

Más respuestas *sí* significa que está preparado para ayudar a su hijo en esta nueva fase de su vida. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“Nos sentimos terrible al verlos crecer tan rápidamente. Pero supongo que nos sentiríamos todavía peor si no lo hicieran”.

—Barbara Kingsolver

Hablen sobre las metas y el progreso de su hijo

Usted ya ha ayudado a su hijo a trazarse metas para sus clases y las ha puesto en un lugar visible. Y ahora, ¿qué?

Converse regularmente con su hijo de su progreso. Use la lista de las metas que había establecido como punto de partida, y hágale preguntas como, “¿Hay tarea en esta clase?” “¿Cuándo será la próxima prueba, examen o proyecto?” “¿Te han devuelto algún trabajo que podrías repasar?”

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: Pat Carter.

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 • ISSN 1527-1064