

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Septiembre 2010

Dana Middle School
San Pedro, CA

Este año conecte el hogar con la escuela

Los expertos señalan que los alumnos se desempeñan mejor cuando sus padres participan en su educación y se comunican con sus maestros. Para garantizar que su participación sea beneficiosa y útil, ¡manténgase conectado a la escuela!



- **Conozca a los maestros.** El inicio de un nuevo año escolar es la ocasión perfecta para presentarse a los maestros de su hijo. Hable de las metas que tiene para el año que comienza. Si aparecen problemas más adelante, usted no tendrá que abordarlos con un total extraño.
- **Forme parte de las organizaciones escolares,** como la asociación de padres de familia. Esto no solamente beneficiará a la escuela de su hijo, sino que además podría darle a usted la oportunidad de trabajar con los maestros fuera del salón de clases.
- **Ofrezca sus servicios voluntarios.** No es necesario que pase horas y horas en el salón de clases para tener un impacto. Simplemente participe cuando pueda. Pregúntele al maestro de su hijo dónde podría ser más útil su ayuda, ya sea dentro o fuera del salón de clases.
- **Asista a las conferencias de padres y maestros.** Estas reuniones son muy importantes para estar al tanto del progreso de su hijo, así que no se las pierda.

Fuente: "Helping Children Succeed in School: Parent-Teacher Communication," University of Illinois Extension, www.urbanext.uiuc.edu/succeed/09-communication.html.



El éxito comienza con la organización

A los alumnos de la escuela intermedia les resulta difícil organizarse. Pero esto es una parte fundamental del éxito en la escuela. A pesar de que la organización de los trabajos escolares es responsabilidad de su hijo, hay maneras en que usted puede ayudarlo. Usted podría:

- **Verificar** que tenga todo lo que necesita. Su hijo debe tener un cuaderno o carpeta de anillos diferente para cada una de sus clases. Además, debería tener notitas autoadhesivas y fichas en blanco para sus apuntes.
- **Tener** siempre a mano una perforadora. Pídale a su hijo que le haga huecos a cualquier papel que reciba en clase, para que lo pueda archivar en la carpeta correspondiente.
- **Sugerirle** a su hijo que utilice un calendario para anotar las fechas en que tiene que entregar los proyectos a largo plazo.
- **Darle** una agenda diaria. Su hijo podría usarla para llevar cuenta de las tareas, proyectos y pruebas.
- **Comprobar** que su lugar de estudio esté equipado con todos los útiles necesarios.

Fuente: Alan Finder, "Giving Disorganized Boys the Tools for Success," The New York Times, www.nytimes.com/2008/01/01/education/01boys.html.

Para aprender en la escuela, su hijo debe ir a la escuela

El primer paso para lograr el éxito académico en los años de la escuela intermedia es la asistencia regular. Cuando su hijo falta a clases, se puede poner al día con el trabajo más tarde, pero se habrá perdido la oportunidad de:

- **Participar** en los debates de la clase.
- **Escuchar** las explicaciones del maestro.

Recuperar lo perdido es más difícil en la escuela intermedia. Su hijo debe ir a la escuela a no ser que esté enfermo o que tenga una emergencia familiar.

La lectura es una prioridad

Nada le será más útil y necesario a su hijo en la escuela que la lectura. Es el elemento fundamental de todas las asignaturas, ¡así que no deje de promoverla cada vez que pueda!

- **Reserve tiempo para leer.** Dedique media hora de del día para leer con su familia.
- **Sáquele a su hijo una tarjeta de la biblioteca.**

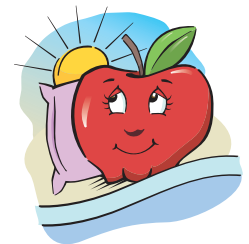


Vayan a la biblioteca con frecuencia y pídale al bibliotecario que le recomiende los libros que todo alumno de la escuela intermedia debería leer.

Empiece con hábitos sanos

Los hábitos saludables ayudarán a su hijo de la escuela intermedia a sobresalir en la clase. Estos incluyen:

- **Buenos hábitos de descanso.** Compruebe que su hijo se acueste a una hora razonable cada noche. Una hora antes de irse a la dormir, debe "desconectarse" completamente: nada de tele, música fuerte o computadora.
- **Un almuerzo saludable.** Si su hijo lleva su almuerzo desde casa, asegúrese que sea nutritivo y no unas papas fritas, galletas y una gaseosa.



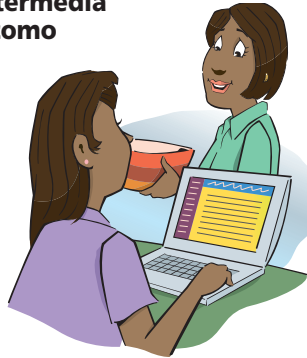


¿Cómo puede usted y su hijo sobrevivir la adolescencia?

P: Sé que los años de la escuela intermedia pueden ser muy difíciles, tanto para mi hija como para mí. ¿Cómo puedo ayudar a mi hija de sexto grado a sobrevivir los próximos años?

R: Es verdad que los niños atraviesan por muchos cambios durante la adolescencia. Pero cálmese. Estos cambios no tienen por qué ser negativos. Para que la adolescencia de su hija durante la escuela intermedia sea lo más llevadera posible:

- **Manténgase informado.** Lea lo que pueda de problemas que afectan a los preadolescentes (pídale sugerencias a su bibliotecario local o haga una búsqueda en Internet). Saber qué le espera lo ayudará a estar preparado.
- **Mantenga abiertas las líneas de comunicación.** Su hija debe saber que siempre puede recurrir a usted para cualquier pregunta sobre su cuerpo, sus sentimientos o la escuela. Mientras más conversen, más cómoda se sentirá para hablar con usted sobre cualquier problema.
- **Identifíquese con ella.** Trate de recordar cómo fueron sus propios años de la adolescencia. Recuerde que su hija probablemente esté teniendo las mismas dudas y dificultades que usted tuvo una vez.
- **Manténgase alerta.** Entienda cuáles son las señales de que su hija podría tener un problema serio. Estas incluyen cambios súbitos y extremos en su peso, cambios de humor, dificultades para dormir o una repentina caída de las calificaciones.



Cuestionario Para Padres

¿Está facilitando la transición de su hijo?

Las diferencias entre la escuela primaria y la intermedia son importantes. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para determinar cuán eficazmente está usted guiando a su hijo durante esta transición:

1. **Usted y su hijo,** ¿han hablado con el personal de la escuela y otros padres para aprender sobre su escuela nueva?
2. **¿Le ha dicho** a su hijo que está convencido que él puede rendir bien en la escuela?
3. **¿Le ha preguntado** a su hijo qué opina de la escuela intermedia y ha escuchado lo que tenga que decirle?
4. **¿Está pensando** en asistir a los eventos escolares para informarse mejor de cómo ayudar a su hijo?
5. **¿Le ha dicho** a su hijo que hable con usted o con sus maestros inmediatamente si tiene alguna dificultad?

¿Cómo le fue? Cada respuesta *sí* significa que usted está ayudando a su hijo con la transición a la escuela intermedia. Para cada respuesta *no* considere probar la idea correspondiente del cuestionario.

“El factor determinante para el éxito de un niño es la participación positiva de los padres.”
—Jane D. Hull

Aconseje cómo tomar apuntes

Su hijo no puede estudiar bien de sus apuntes si no tiene buenos apuntes que estudiar. Ayúdelo a convertirse en un experto para tomar apuntes con estos consejos:

- **Escuchar activamente.** Prestar mucha atención a lo que está diciendo el maestro.
- **Concentrarse en los puntos clave.** No tratar de escribir todas y cada una de las palabras que pronuncia el maestro.
- **Hacer preguntas.** Levantar la mano si no comprende algo.

Vuelva a entrar en onda

Es importante que su hijo entre nuevamente en el ritmo propio del año escolar. Hágalo así:

- **Reestablezca sus rutinas.** Si la rutina de su hijo después de la escuela consistía en tomar un bocadillo y sentarse a estudiar, haga que le resulte fácil volver a hacerlo. Espérela con una merienda sana y anímela a empezar a estudiar.
- **Limite el uso de la tecnología.** Los estudios revelan que no es bueno para los niños pasar mucho tiempo frente a una pantalla. Permita que su hijo pase un máximo de una o dos horas por día viendo tele, usando la computadora o jugando a videojuegos.

Las notas pueden ayudar a mantener el contacto

Entre las tareas y las actividades de su hijo y su propia agenda tan ocupada, a veces resulta difícil pasar tiempo de calidad con su hijo.

Para que su hijo sepa que usted está pensando en él, de vez en cuando coloque una notita en su mochila o en la bolsa del almuerzo. Un “Te quiero mucho” o “¡Buena suerte en la prueba de ciencias!” le alegrará el día. Las notas deben ser discretas; ¡no sería bueno que sintiera vergüenza delante de sus amigos!



Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Jennifer McGovern.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Escritora: Erika Beasley. Gerente de Producción: Pat Carter.

Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola.

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

Copyright © 2010, The Parent Institute®, una división de NIS, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1064