

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

Mejorar la memoria

El ejercicio regular y dormir bien por la noche fortalecen la memoria. Esto es porque la actividad física bombea oxígeno en el cerebro de su hija y su mente organiza y archiva los recuerdos mientras duerme. Una dieta sana también ayuda: entre los alimentos “para el cerebro” se encuentran pescados como el salmón y el atún, las verduras verdes, las frutas y los cereales integrales.

Elogio eficaz

A su hijo le importa que usted lo elogie, aunque no lo exteriorice. Cuando trabaje mucho o tome una buena decisión, hágale saber que usted se da cuenta. Procure que la alabanza sea específica: “Estoy orgullosa de ti porque has empezado a trabajar inmediatamente en tu proyecto”.

Donativos oportunos

Aproveche la temporada de las fiestas para enseñar a su hija qué es la compasión. Cuando los días se vayan haciendo más fríos, considere recoger mantas para los refugios para gente sin hogar o bien organizar juguetes para campañas de donativos. Hacer estas actividades en familia fortalecerá la relación entre ustedes y le permitirá a usted dar ejemplo de cómo ayudar a los demás.

Vale la pena citar

“Si la ocasión no llama, construye una puerta”. Milton Berle

Simplemente cómico

P: ¿Qué le dijo Mason a Dixon?

R: ¡No te pases de la raya!



Una vida social sana

Socializar es una prioridad esencial para los estudiantes de la escuela media. Pero estar con los amigos no es simplemente divertido: es una parte importante del crecimiento. Y los preadolescentes que tienen amigos disfrutan más de la escuela y van mejor en sus estudios. Ayude a su hijo a vivir una vida social sana y sin riesgos con estas ideas.



Hogar

Anime a su hijo a que invite a sus amigos a que vayan a su hogar a ver fútbol americano o a jugar a las cartas. Procure incluir a sus amigos en actividades familiares siempre que sea posible. Si dan una cena, déjele que invite a uno o dos amigos. Socializará en un ambiente seguro y usted conocerá a la gente con la que se trata su hijo.

Comunidad

Ir a eventos especiales para preadolescentes puede fortalecer los vínculos de su hijo con su comunidad. Dígale que busque anuncios en el periódico o que llame al departamento de parques y recreo. Podría llevarlos a él y un amigo a la noche para

preadolescentes en la pista de patinaje o un recinto de batallas con láser. También podrían entrenarse juntos para una carrera benéfica de 5K.

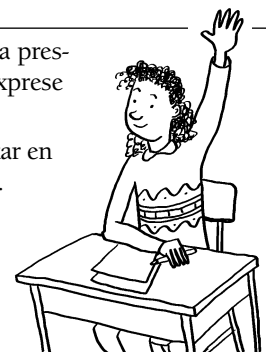
Escuela

Un círculo de amigos proporciona una importante red de apoyo. Sugírela a su hijo que participe en grupos de estudio o que llame a sus compañeros de clase con preguntas sobre los deberes. Anímelo también a que sea “participante activo”. Podría apuntarse a clubs o a equipos que se reúnan después del colegio. Ayudar como voluntario en un evento especial (feria de ciencias, exposición de arte) podría permitirle trabajar con estudiantes que no ve con regularidad. 👍

Hay que hablarlo

Participar en los debates de clase contribuye a que su hija preste atención y aprenda más. Anímela con estas ideas a que exprese su opinión:

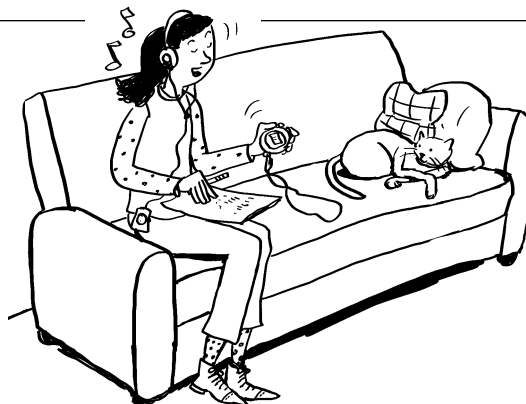
- Cuando estudie puede anotar ideas que le gustaría comentar en clase. Así tendrá una lista a la que referirse durante el debate.
- Anímela a que pregunte y responda. Quizá aporte posibilidades que no se les habían ocurrido a sus compañeros.
- Recuérdele que no acapare todo el tiempo. No salirse del tema y hacer comentarios breves permitirá que sus compañeros intervengan.
- Su hija debería ser respetuosa si no está de acuerdo con el comentario de algún compañero. (“Entiendo lo que dices. Otra forma de ver el asunto es...”) 👍



Las matemáticas importan

¿Son las matemáticas atractivas para su hija preadolescente? Si no lo son, es posible que no vea cómo se relacionan con el mundo que la rodea. Estas actividades le mostrarán cómo los números forman parte de la vida cotidiana.

Escuchen música. Pregúntele a su hija si sabe por qué el estribillo de una canción se le queda en la cabeza. A continuación sugiérale que lo averigüe explorando la relación entre las matemáticas y la música. Dígale que elija una de sus canciones favoritas. Puede usar un cronómetro para ver qué



porcentaje de la canción ocupa el estribillo. Probablemente descubrirá que es una porción grande ¡y por esa razón el estribillo se recuerda con tanta facilidad!

Calculen precios de alimentos. Los restaurantes usan las matemáticas para decidir qué cantidad van a cobrar a los clientes. Muchos

sitios triplican el coste de los alimentos para cubrir gastos y obtener un beneficio. Cuando cenen fuera, dígale a su hija que calcule el coste de los alimentos (el precio del menú dividido por 3). En casa podría calcular los costes de su comida sumando los precios de los ingredientes y dividiendo esa cantidad por el número de porciones. Si ella tuviera un restaurante, ¿cuánto tendría que cobrar para obtener un beneficio? 👍

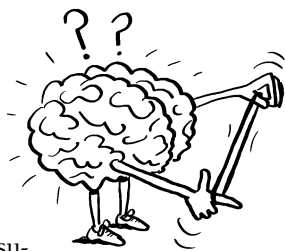
P & R

Mentes creativas

P He oído que se necesitan pensadores creativos en el mercado laboral de hoy. ¿Cómo puedo animar a mi hijo a que use su capacidad creativa?

R Tiene toda la razón: las empresas quieren trabajadores que sean capaces de pensar con creatividad para hallar nuevas soluciones.

Cuando se enfrente a un problema cotidiano pídale a su hijo que le ayude a resolverlo. Por ejemplo, que él sugiera varias formas de reorganizar su horario para que usted pueda encajar en él todas sus obligaciones. O si usted no tiene un objeto que necesita, dígale a su hijo que busque uno que pudiera sustituirlo. Una goma elástica podría cerrar una bolsa de aperitivos, si no tiene una “pinza para chips”, por ejemplo.



Si su hijo está trabajando en un proyecto para el colegio, anímelo a que use un enfoque o un ángulo nuevo en su presentación. Por ejemplo, podría construir un móvil o escribir un noticiero. Usar la creatividad de esta manera resaltará su proyecto y lo preparará para el futuro. 👍



Reuniones eficaces

Las reuniones de padres y maestros les dan a ustedes la ocasión de averiguar qué tal va su hijo en los estudios y de forjar una relación con su escuela. Consideren estas sugerencias.

1. Establezcan un tono positivo. Comuniquen a los maestros que ustedes quieren colaborar con ellos para que su hijo triunfe en sus estudios.
2. Pregunten sobre el currículum. Entérense de lo que su hijo debería ser capaz de hacer en el transcurso del año y qué tipo de proyectos tendrá. Al estar enterados de los temas en los que debería concentrarse, podrán ayudarlo a seguir por buen camino.
3. Compartan información. Quizá su hijo aprenda mejor con actividades prácticas o quizá su familia esté viviendo una situación difícil. Comentar estos asuntos asegurará que usted y los maestros estén del mismo lado y les ayudará a ellos a trabajar con su hijo.
4. Concéntrense en las soluciones. Si los maestros mencionan problemas (habla mucho en clase, suspende exámenes), pídale sugerencias. Se enterarán de los métodos que van a usar los maestros y de cómo pueden ustedes echar una mano en casa. 👍

BIENVENIDOS PADRES



De padre a padre

Trampas de alta tecnología

Mi hija Gina me dijo que pillaron a su amiga copiando en clase de ciencias. Kendra tenía el teléfono en el regazo y estaba leyendo las notas que se había enviado a sí misma.

No sabía de la existencia de este tipo de trampa, pero le expliqué a mi hija que mirar las respuestas en tu propio texto es tan malo como copiar el examen de otra persona. Las consecuencias son



también las mismas: sacas un cero y no te aprendes el material.

Gina mencionó que su amiga se sentía presionada para sacar una A en todo. Así que le dije a mi hija que si ella también se siente presionada o tiene dificultades con el material puede acudir a mí y pensaremos en cómo conseguir ayuda. También le dije que prefiero que saque una nota más baja con honradez en lugar de cualquier otra nota mediante engaños. 👍

NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559