

Los PadresTM

Dobbins Middle School

¡aún hacen la diferencia!

Inspire el interés de su hijo por las ciencias y las matemáticas

A veces, las ciencias y las matemáticas tienen una mala reputación entre los estudiantes. Muchos creen que “no son buenos” en esas materias.

Sin embargo, cuando los estudiantes participan en actividades relacionadas con la ciencia, la tecnología, la ingeniería y las matemáticas (las materias CTIM), suelen cambiar de parecer.

Si su hijo piensa que las ciencias o las matemáticas son demasiado difíciles:

- **Disfruten de recursos en medios** sobre ciencias y tecnología. Busque programas y juegos sobre ciencias para niños de todas las edades en YouTube o Common Sense Media.
- **Diríjanse a la cocina.** Cocinar implica usar tanto las matemáticas como la química. ¡Y pueden comer el resultado! Mientras cocinan juntos, hágale a su hijo preguntas como las siguientes: “¿Por qué crees que

el agua hierve cuando se calienta?”

“¿Qué sucedió cuando nos olvidamos de añadirles polvo de hornear a las galletas?” “¿Cuánta harina necesitamos para duplicar esta receta?”

- **Visiten un museo** de ciencias naturales o un centro de ciencias de manera presencial o virtual. Su hijo puede buscar exhibiciones sobre CTIM, aprender sobre la historia de la tecnología y descubrir cómo funcionan las cosas.
- **Señale el valor del proceso.** Cuando su hijo está aprendiendo algo nuevo en una clase, suele ser difícil al principio. Por lo tanto, en lugar de centrarse en las calificaciones que obtuvo, hablen sobre *qué* está aprendiendo su hijo y las nuevas habilidades que está desarrollando.

Fuente: M. Pinola, “How to Get Your Kids Interested in STEM (Without Forcing It on Them),” LifeHacker.

Hay distintos tipos de presión de los compañeros



Los estudiantes de intermedia suelen verse influenciados fácilmente por sus compañeros, y eso no siempre es malo.

Conozca los tipos de presión que ejercen los compañeros y cómo responder a cada uno.

La presión de los compañeros puede ser:

- **Positiva.** Los amigos de su hijo ayudan como voluntarios por una buena causa. Quieren obtener buenas calificaciones en el próximo proyecto de historia. Disfrutan de participar de retos deportivos. Su respuesta: fomente estas actividades. Felicite a su hijo por pasar tiempo con personas maravillosas.
- **Neutral.** Su hijo copia el peinado o la forma de vestirse de un amigo. Su respuesta: no haga nada. Imitar el estilo de los amigos es un comportamiento inocente e inofensivo.
- **Negativa.** Descubrieron a su hijo ayudando a un amigo a copiarse. Encuentra un vapeador escondido en un cajón de la cómoda. Su respuesta: guíe a su hijo hacia actividades positivas y mantenga los ojos abiertos. No le permita juntarse con amigos que son sinónimo de problemas sin supervisión. Fomente las amistades con compañeros más responsables. Cuando su hijo vuelva a ganarse su confianza, dele más libertad.

Tres estrategias que pueden ayudar a motivar a su estudiante



¿Qué le sucedió a aquel estudiante que solía estar entusiasmado? La adolescencia. De repente, motivar a su hijo a hacer cualquier cosa es un dolor de cabeza.

No se desespere. Para aumentar la motivación:

- 1. Hable antes de que su hijo se conecte con otra actividad.** Es difícil alejar a un niño de su programa o juego favorito. Por lo tanto, si hay algo que necesite que su hijo haga, pídale *antes* de que encienda el televisor o la computadora. Posiblemente su hijo sea más obediente en ese momento.
- 2. Siga las rutinas.** Las rutinas son esenciales para el orden en el hogar. Es menos probable que un niño que

sabe exactamente a qué hora darle de comer al perro y prepararse para ir a dormir procrastine al hacerlo.

- 3. Apoye sus intereses.** Pregúntele a su hijo qué le agrada hacer y apoye esas actividades. Cuando los niños se sienten apoyados al hacer las cosas que les agradan, se sienten más inspirados para esforzarse en otras cosas, ¡como la escuela!

“La capacidad es lo que eres capaz de hacer. La motivación determina lo que haces. La actitud determina qué tan bien lo haces”.

—Lou Holtz

No deje que los dispositivos digitales descarrilen el estudio de su hijo



A veces, los estudiantes de intermedia parecen estar permanentemente pegados a sus teléfonos, tabletas y otros dispositivos digitales. Envían mensajes de texto desde el minuto en el que se levantan hasta que se van a dormir. Comparten videos divertidos y memes con sus amigos. Miran las redes sociales.

Por lo tanto, no es ninguna sorpresa que a menudo los estudiantes usen el teléfono mientras hacen la tarea. Pero varios estudios revelan que cuanto más tiempo dicen los estudiantes que le dedican a enviar mensajes de texto, usar las redes sociales o navegar en internet mientras trabajan, más bajas son sus calificaciones.

Muchas veces, los estudiantes piensan que sus aparatos digitales pueden ayudarlos con el trabajo. Después de todo, pueden ver un video sobre Jamestown mientras estudian sobre la historia de los Estados Unidos. Pueden comprobar la respuesta de un problema de matemáticas.

Uno de los grandes problemas relacionados con esto es que los estudiantes rara vez se concentran en el trabajo que están haciendo. En seguida pasan del video de historia al último TikTok viral, y dejan de estar enfocados en historia.

¿Qué puede hacer para ayudar a su hijo a mantenerse concentrado en el trabajo y evitar las distracciones digitales? Estos son algunos consejos:

- **Hable con su hijo** sobre hacer muchas tareas en simultáneo y cómo las investigaciones muestran que no funciona. Para que los estudiantes aprendan, es necesario que se concentren mientras estudian.
- **Limite el uso de dispositivos digitales** durante las horas de trabajo. Los estudios revelan que cuanto más tiempo le dediquen los estudiantes a hacer tareas en simultáneo, más tiempo tardarán en estudiar. Pídale a su hijo que “aparque” el teléfono o la tableta en una habitación distinta.

Fuente: K. Kowalski, “When Smartphones Go to School,” *Science News for Students*, Society for Science & the Public.

¿Anima a su hijo a dedicarle tiempo a la lectura?



Leer por placer ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades de comprensión y vocabulario valiosas. Pero muchos escolares

de intermedia simplemente dicen que no tienen tiempo para leer. ¿Está animando a su hijo a tomarse tiempo para leer? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

- 1. ¿Tiene** distintos tipos de material de lectura en casa? Incluya revistas, periódicos, libros, manuales, catálogos o cualquier cosa que tenga palabras.
- 2. ¿Van** a la biblioteca local juntos con frecuencia y le piden al bibliotecario que sugiera libros que estén leyendo otros escolares de intermedia?
- 3. ¿Relaciona** la lectura con los intereses de su hijo, y comparte libros y artículos relacionados con esos intereses?
- 4. ¿Da** un buen ejemplo leyendo frente a su hijo y hablando sobre las cosas que lee?
- 5. ¿Tiene** un horario fijo de lectura familiar?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está animando fervientemente a su hijo de intermedia a leer. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas del cuestionario.

Escuela Intermedia
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

Para obtener información llame o escriba a:
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2024, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Anime a su hijo a establecer estos propósitos de Año Nuevo



Los estudiantes comienzan el año escolar con las mejores intenciones. Pero a medida que pasa el año, a veces las cosas se descarrilan. Los estudiantes comienzan a saltarse trabajos. Esperan hasta último momento para hacer las cosas.

Los estudiantes de esta edad suelen necesitar “reiniciar el sistema” a mitad del año escolar. Establecer algunos propósitos de Año Nuevo es una de las maneras en las que su hijo puede volver a encaminarse para alcanzar el éxito.

Sugíerale que se proponga:

- **Organizarse.** Seamos realistas: los estudiantes de intermedia no siempre son organizados. Pídale a su hijo use herramientas útiles para hacer un seguimiento de las actividades y los trabajos escolares, como un calendario, notas adhesivas, listas de tareas pendientes y un cuaderno de trabajos. Recomiéndele que ordene los cuadernos periódicamente.
- **Armar un cronograma.** Cuando llega enero, muchos estudiantes han abandonado sus rutinas escolares. Ayude a su hijo a volver a establecer un horario de trabajo y asegúrese de que se cumpla. No tardará mucho en convertirse en un hábito.
- **Usar el tiempo sabiamente.** Anime a su hijo a estimar cuánto llevarán las tareas largas y reservar tiempo para cada tarea. Su hijo debería priorizar tareas y completar las más importantes primero. También sugiérale que se tome descansos breves durante el estudio para mejorar la concentración y la retención.
- **Establecer una meta nueva.** ¿Su hijo quiere mejorar la calificación de una clase? Pregúntele qué necesitará hacer para alcanzar esa meta. Cuando los estudiantes tienen claros los pasos que deben seguir para alcanzar una meta, es más fácil que tomen decisiones que los ayudarán a alcanzarla.

La preparación puede reducir los nervios durante los exámenes



Cuando los estudiantes se sienten preparados para los exámenes, suelen estar menos nerviosos al respecto. Comparta con su hijo estas estrategias simples:

- **No dejar el estudio** para último momento. Una noche frenética de estudio no dará buenos resultados en el día del examen. En su lugar, su estudiante debería comenzar a prepararse con varios días de anticipación. De esa manera, si su hijo no comprende algo, habrá tiempo para conseguir ayuda antes del examen.
- **Practicar recordar información.** ¿Hay exámenes de práctica en el libro? Anime a su hijo a hacerlos para prepararse para el examen. Si no hay exámenes de práctica, vea si puede ayudarlo a crear un cuestionario a partir de sus apuntes de la clase.
- **Pedir aclaraciones.** Si su hijo no está seguro de qué temas entrarán en el examen, sugiérale que le pregunte al maestro. Pocas cosas dan más miedo que lo desconocido. Tener detalles sobre el examen de antemano mejorará la confianza de su hijo.
- **Probar algunas técnicas** de relajación. Los ejercicios relajantes como el yoga, la respiración profunda y la meditación pueden calmar los nervios de los estudiantes. Anime a su hijo a ponerlos en práctica a diario y no solo el día del examen.
- **Tomar decisiones saludables.** Anime a su escolar de intermedia a dormir lo suficiente todas las noches (no solamente la noche anterior a un examen). Sugíérale también que tome un desayuno nutritivo por la mañana.

P: Mi hijo está en octavo grado. Siempre traté de participar en su educación, pero sinceramente ya no puedo ayudar con gran parte del trabajo escolar. Y mi hijo no quiere que vaya a la escuela. ¿Todavía tiene sentido que yo participe?

Preguntas y respuestas

R: Claro que sí. Los estudios revelan que la participación de la familia sigue siendo importante cuando los niños están en la escuela intermedia. De hecho, participar durante estos años puede ser incluso más importante que cuando su estudiante era más pequeño.

Usted ha señalado algunas de las dificultades para mantenerse involucrado. Ayudar con el trabajo escolar difícil es complicado, especialmente en materias que no son su punto fuerte. Pero puede ayudar a su hijo de muchas otras maneras importantes:

- **Asegúrese de que su hijo** establezca un horario de estudio fijo y de que lo cumpla. Atrasarse incluso un día puede implicar costos.
- **Busque trabajo tranquilo** para hacer cerca durante el tiempo de estudio. Su hijo sentirá su apoyo incluso si usted no puede ayudarlo con materias específicas.
- **Hablen sobre lo que está** aprendiendo su hijo y sobre lo que le gustaría aprender más. Ayude a su estudiante a establecer metas de aprendizaje específicas.
- **Póngase en contacto** con los maestros de su escolar de intermedia. Hágales saber que quiere apoyarlos a ellos y a su hijo. Pregunte sobre maneras específicas de ayudar a su hijo a aprender en casa.
- **Involúcrese en la comunidad** escolar. Conozca a las familias de los compañeros de clase de su hijo. Únase a la asociación de padres y maestros y manténgase actualizado sobre los sucesos y cómo pueden ayudar las familias.

Enfoque: valores positivos

Explore las oportunidades de servicio con su hijo



El servicio comunitario es enriquecedor para los escolares de intermedia porque los ayuda a desarrollar un sentido de la responsabilidad, empatía y conciencia social. También permite desarrollar habilidades como la administración del tiempo, la organización y la comunicación, que son habilidades que contribuyen al éxito escolar.

Estas son algunas ideas excelentes para su escolar de intermedia:

- **Juntar alimentos** enlatados para un banco de alimentos o un refugio que acepte donaciones de comida.
- **Ofrecer tutorías** de matemáticas o lectura a estudiantes más pequeños.
- **Juntar artículos personales** esenciales, como calcetines, cepillos de dientes, champú y jabón, y donarlos a un refugio.
- **Ayudar a una familia** de vecinos ofreciéndoles servicios gratuitos de paseo de perros o remoción de nieve.
- **Hacer tarjetas** para las personas mayores de una comunidad de jubilados o de una residencia para la tercera edad para que sepan que alguien los ama. O ir a un centro para personas mayores y pasar tiempo hablando con los residentes.
- **Juntar y enviar cartas** de agradecimiento al personal militar.
- **Organizar una recolección** de alimentos para mascotas, toallas y sábanas viejas para donarlas a un refugio de animales.
- **Organizar una colecta** de libros para los niños del vecindario y difundirla en redes.
- **Organizar una limpieza** de las calles locales, las aceras y los espacios públicos del vecindario.
- **Reunir prendas y juguetes** con poco uso para donarlos a refugios.

Fomente valores que respaldan el éxito en la escuela y en la vida

Los niños nacen con ciertos rasgos de personalidad, pero el carácter de los escolares de intermedia está en etapa de desarrollo. El tipo de persona en la que se convertirá su hijo algún día aún se está formando.

Para fomentar un buen carácter:

- **Hable sobre la responsabilidad.** Dele a su hijo indicaciones simples, como: “No voy a preocuparme por recordarte que debes terminar el trabajo escolar. Sé que eres lo suficientemente responsable para hacerlo por tu cuenta”.
- **Promueva una actitud positiva.** Muéstrela a su hijo cómo ver el lado positivo de las situaciones decepcionantes.
- **Exija respeto.** Anime a su hijo a tener buenos modales, ser puntual



y escuchar las ideas y opiniones de otros.

- **Destaque sus actitudes positivas.** Cuando vea que su hijo demuestra buen carácter, hable sobre él ¡y felicítelo!

Hablen sobre la importancia de tomar decisiones con integridad



Es importante hablar con su escolar de intermedia sobre actuar con integridad. La *moral* es el conjunto de creencias que ayudan a los niños a determinar qué está bien y qué está mal, y la *integridad* es cómo actúan respetando esas creencias. Los estudiantes con integridad se respetan a sí mismos y respetan a los demás. Eso los lleva a querer hacer las cosas bien en la escuela y en la vida.

Es bueno que su hijo diga que cree en la honestidad. Pero ¿qué sucede cuando un amigo le pide la respuesta de la pregunta 10 del examen? Decir *no* en esa instancia refleja la integridad de su hijo.

Habrán ocasiones en las que los niños tomarán decisiones que

saben que son equivocadas. Algunos expertos dicen que, en realidad, los niños pueden aprender sobre la integridad en esos momentos: incorporan la integridad al perderla. Pero eso solo funciona si luego alguien los ayuda a pensar en su decisión.

En ese caso, haga preguntas como las siguientes:

- **¿Qué fue** lo que no te permitió decir la verdad?
- **¿Estabas intentando** causarle una buena impresión a alguien?
- **¿Hubieses actuado** de una manera diferente si hubieses estado con otro grupo de personas?

Deje claro que su hijo debería admitir sus errores y repararlos. Explique que la integridad es un músculo. Cuanto más se use, más fuerte será.