

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

Hazte con tu público

La próxima vez que su hija tenga que hacer una presentación oral en la escuela, comparta con ella esta idea. Sugíerale que empiece con una pregunta. Por ejemplo, si su presentación es sobre los animales de Australia, podría decir: “¿Sabías que un ornitorrinco es venenoso?” Atraerá la atención de sus compañeros y la de su maestra.

Delicias de calabaza

El otoño es la estación perfecta para probar recetas de calabaza con sus hijos. Pueden tostar las pipas o buscar ideas en la red. Elijan recetas que les apetece probar a todos (sopa de calabaza, panqueques de calabaza). A continuación, pasen tiempo en la cocina preparando un plato sano.

Controlar el progreso

Recuerde a su hijo que esté al tanto de las notas que saca durante el semestre. Cuando reciba una nota (exámenes, redacciones, proyectos, trabajo de clase, deberes), puede calcular su media basándose en el porcentaje que cada una supone para la nota total. Así sabrá cómo va y podrá concentrarse en lo que va más flojo.

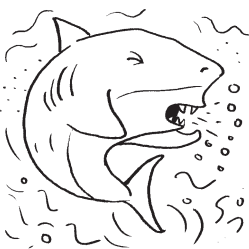
Vale la pena citar

“Cuanto más callado eres, más puedes escuchar”. *Ram Dass*

Simplemente cómico

P: ¿Por qué viven los tiburones en agua salada?

R: ¡Porque el agua con pimienta les hace estornudar!



Deberes: Cambio de ritmo

Evite que los deberes se conviertan en una tortura diaria sugiriéndole a su hija que se aproxime a ellos de otra forma. Estas ideas pueden aportar variedad al tiempo de estudio y mantener a su hija motivada para que rinda al máximo.

Un evento social

Anime a su hija a que invite a sus amigos a su casa para hacer los deberes. Trabajar con una amiga o en grupo puede estimular su interés y su estudio. Los compañeros pueden compartir información y explicarse ideas y su hija pasará tiempo con sus amigos. *Nota:* Sugíerale que elija compañeros de estudio que trabajen mucho y que se tomen los estudios con seriedad.

Cambio de paisaje

Hacer los deberes en un lugar distinto puede suponer un cambio refrescante. Su hija podría leer una de sus tareas sobre un montón de hojas en el jardín o marcharse a la biblioteca a un rincón tranquilo. Incluso trasladarse simplemente al porche o al patio puede resultarle estimulante.



Un concurso

Sugíerale a su hija que compita consigo misma para que su trabajo sea más emocionante. Por ejemplo, podría cronometrar cuánto le lleva terminar un grupo de problemas de matemáticas y luego intentar superar ese tiempo con el próximo grupo. También podría ver cuántos problemas puede resolver en 10 minutos y luego ver cuántos puede resolver en los 10 siguientes.

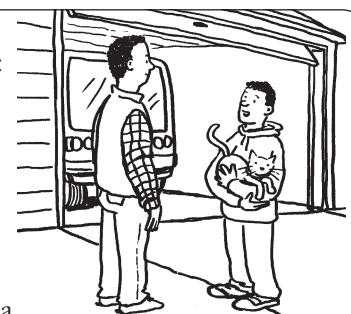
Idea: Sugíerale a su hija que se ponga un incentivo para terminar su trabajo. Por ejemplo, podría darse un paseo en bici, hacerse la manicura o leer una revista. 👍

Respeto, sé respetado

Respete a su hijo y lo más probable es que también él lo respete a usted. Ponga a prueba estas ideas:

- No lo avergüence o se ría de su hijo ni en casa ni frente a otras personas. Trátelo por el contrario como usted trata a sus amigos y colegas y como usted quiere ser tratado. Probablemente él seguirá su ejemplo y no lo abochornará a usted frente a sus amigos.

- Cuando su hijo haga algo que lo irrita o le molesta a usted, concédale el beneficio de la duda y escuche cortésmente su versión. Tal vez se olvidó de cerrar la puerta del garaje porque la gata se escapó y se fue detrás de ella. Al no sacar conclusiones apresuradas y al escuchar con respeto su explicación le estará enseñando a portarse también él de esa manera. 👍

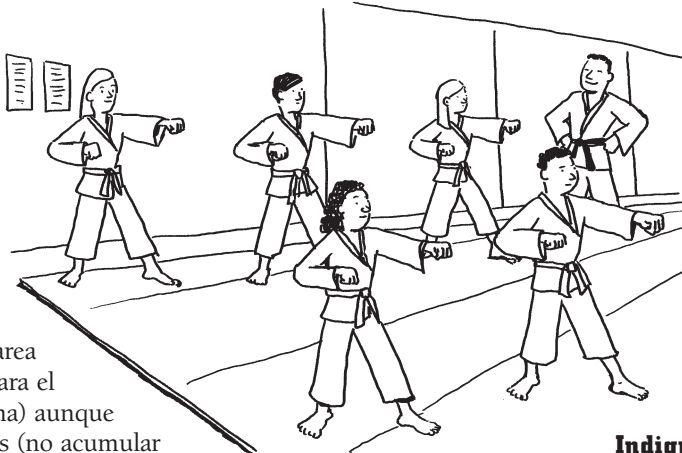


Persevera

No es infrecuente que los niños empecen algo que no quieren terminar. Pero aprender a perseverar con una actividad ayudará a su hijo el resto de su vida. He aquí maneras de enseñar a su hijo a perseverar.

Dé ejemplo. Hable con su hijo sobre alguna ocasión en la que usted completó una tarea o una actividad (formuló un presupuesto para el mes, siguió haciendo ejercicio por la mañana) aunque no le apetecía. Explíquele que los beneficios (no acumular deudas, estar sano) compensan con creces el esfuerzo.

Anime. Si su hijo habla de abandonar una actividad que le resulta difícil, sugiérale que la haga un poquito más.



Podría decirle: “Llevas practicando artes marciales sólo un mes. Continúa un mes más a ver qué tal te sienta. Y entonces volvemos a hablar de ello”. *Idea:* Su hijo puede pedirle ayuda a alguien, quizá su monitor le dé sugerencias para mejorar.

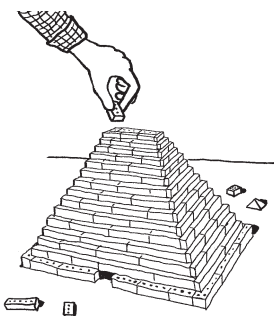
Indique los avances. Cuando su hijo persevere, dígame que se da cuenta de ello (“Sé que el proyecto te resultaba difícil: enhorabuena por terminarlo”). Alabar su perseverancia le ayudará a que se convierta en un hábito. 👍



Foco en la historia

¿Qué une a personajes interesantes, eventos fascinantes y lecciones importantes? ¡La historia! Dé vida al pasado en su cuarto de estar con estas ideas:

■ Construyan algo que represente un período cronológico. Cada persona podría elegir su propio proyecto o podrían trabajar en familia en uno. Por ejemplo, podrían usar Legos para hacer una maqueta de una pirámide egipcia o colocar trozos grandes de papel en la pared y dibujar o pintar un mural azteca.



■ Que cada miembro de su familia elija una “identidad secreta” (Amelia Earhart, Ben Franklin) e investiguen sobre ella usando Internet o libros. A continuación celebren un concurso haciendo preguntas de sí o no para intentar averiguar el personaje de cada uno. Gana quien consiga la respuesta correcta con el menor número de preguntas. 👍

P & R

Controlar el estrés

P Mi hija está en el séptimo grado y parece abrumada: me he dado cuenta de que se muerde las uñas constantemente. ¿Cómo puedo ayudarla a que controle su estrés?

R Un poco de estrés es normal entre los niños de esta edad. Están enfrentándose a la pubertad y a mayores responsabilidades en casa y en la escuela.

Además de procurar que su hija coma bien y duerma mucho, ayúdela a identificar lo que la inquieta. ¿Está preocupada por sus amigos o por la cantidad de cosas que tiene que hacer? Ustedes dos pueden comentar cómo enfrentarse a esos problemas (hablar con sus amigos, reducir el número de actividades). Al tener un plan se sentirá más tranquila.

Anímela también a pasar tiempo cada día haciendo algo que le guste como tocar la guitarra o patinar. Finalmente, si ella nota que se va angustiando, puede cerrar los ojos y respirar profundamente unas cuantas veces. Y según va dominando el estrés, posiblemente se morderá menos las uñas. 👍



De padre a padre

Marcar y triunfar en los estudios

El otoño es fundamentalmente una cosa para mi hijo: ¡el fútbol americano! Se me ocurrió que tiene que haber una manera de usar esa ilusión para ayudar a Austin con sus asignaturas así que pedí ideas a sus maestros.

Su maestra de inglés me indicó que podría leer más si saca de la biblioteca libros sobre fútbol americano. También me dijo que podría llevar un diario escribiendo la crónica de los partidos o inventando sus propios relatos sobre el deporte.

A continuación, la maestra de álgebra me recomendó que Austin use las estadísticas del

fútbol americano para practicar las matemáticas. Por ejemplo, podría hacer gráficas de victorias y derrotas o calcular la probabilidad de que cada equipo llegue al Super Bowl.

Finalmente, el maestro de ciencias sociales me sugirió que Austin cuelgue un mapa de los EEUU en una pared en el que podría marcar el lugar de cada

equipo y pensar cómo el nombre y la mascota del equipo se relacionan con la ciudad.

Con la temporada de fútbol americano ya en marcha, me alegra ver que Austin sigue a su equipo favorito ¡y disfruta de algunas nuevas actividades futbolísticas! 👍



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 • rfeclient@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559