

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

En marcha con el desayuno

Desayunar contribuirá a que su hija empiece el día lista para aprender. Inventen desayunos rápidos y nutritivos que puedan hacer en casa. O bien animela a que coma algo sano en el comedor escolar con sus amigas. *Nota:* Si recibe el almuerzo a precio reducido o gratis, su desayuno será también a precio reducido o gratis.

Camina así

Explique a su hijo que es importante prestar atención a lo que le rodea cuando camina. Así evitará caerse, tropezar con objetos o salirse a la calle y hacerse daño. Explíquelo que no debería jugar a juegos electrónicos, escuchar música o escribir mensajes de texto mientras camina, ni siquiera desde la parada del autobús o desde el colegio.

Conservar recursos

Pídale a su hija que ayude a su familia a ser más respetuosa con el medio ambiente. Dígale que investigue formas de conservar recursos (pasarse a bombillas de bajo costo, reciclar más objetos, ir de compras con bolsas reutilizables). Luego procuren implementar una de estas ideas cada mes.

Vale la pena citar

“Cada golpe me acerca al próximo jonrón”. *Babe Ruth*

Simplemente cómico

P: ¿Por qué puso el niño miel bajo su almohada?

R: Para tener dulces sueños.



Disciplina eficaz con los preadolescentes

Su hijo quiere más libertad. Usted quiere proteger su seguridad y poner límites adecuados a su edad. ¿Cómo puede equilibrar su necesidad de independencia con la necesidad de normas y consecuencias? Ponga a prueba estas estrategias.

Vamos a repasar

Revisen las normas existentes y pregunte a su hijo su opinión. Le costará menos obedecerlas si tiene algo que decir al respecto. Quizá piense que podría ir a casa de sus amigos durante la semana por la tarde y usted está de acuerdo en que vaya una noche a la semana. Explique sus razones y deje claro que usted tiene la última palabra. Explique también las consecuencias para que sepa lo que sucederá si desobedece las normas.

Anticipe las protestas

Los preadolescentes suelen forzar los límites para ver lo serios que son sus padres y quizá discutan para evadir las consecuencias. No pierda la calma y no se salga del tema (“Aun así, llegamos al acuerdo de que no comieras en tu dormitorio”). Mantenga la consecuencia que dispuso (que su



hijo lave las sábanas para limpiar las manchas de comida). Verá que no tiene escapatória y lo más probable es que en el futuro obedezca las normas.

Reflexionen sobre lo sucedido

El objetivo de la disciplina es enseñar sensatez a su hijo. Puede aprender mucho reflexionando sobre sus actos. Digamos que desobedece una norma como la de no salir con los amigos sin terminar primero los deberes. Pregúntele qué *pensó* que iba a suceder. Quizá pensó que usted no se daría cuenta. En cambio, ¿qué sucedió? No podrá ir a un evento este fin de semana como consecuencia de lo que hizo. ¿Cómo podría evitar esta situación la próxima vez? 👍

¡Di lo que piensas!

La participación en clase puede contribuir a que su hija aproveche más la escuela y a que aprenda a expresarse. Con estos consejos la animará a que aporte a la clase.



■ **Encuentra tu lugar.** Sugíerale que participe como más cómoda se sienta y que amplíe su “caja de herramientas”. En principio podría comentar sobre las tareas de lectura con las que disfrutó. Con el tiempo podrá dar su opinión cuando esté de acuerdo con alguien o bien ofrecer otra diferente.

■ **Mézclalo.** Las discusiones para toda la clase no son la única oportunidad para participar. Cuando su hija trabaje en grupos pequeños, podría hacer y contestar preguntas, hacer observaciones o dar opiniones. Estos pasos pueden reforzar su confianza cuando hable frente a toda la clase. 👍

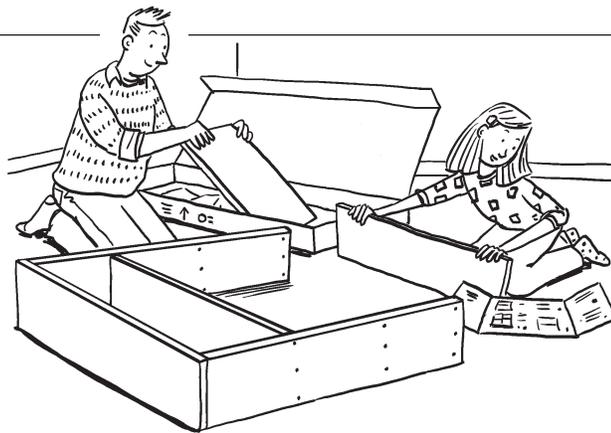
Lecturas para el mundo real

La lectura de prosa informativa ocupa una gran parte de la vida de los adultos en el trabajo y en casa. Para enseñar a su hija a seleccionar y a analizar la información importante, anímela a que lea ahora más textos de prosa informativa. He aquí algunas sencillas ideas.

Sigan un proceso

Qué: Recetas de cocina, instrucciones de juegos, manuales

Por qué: Estos textos enseñan a los jóvenes a seguir secuencias lógicas en pasos y a identificar detalles clave.



Cómo: Que su hija lea y comparta las instrucciones con todos mientras el resto de la familia cocina o juega. O bien dígame que lea las instrucciones para que usted monte una estantería o aprenda a utilizar un teléfono o un microondas nuevos.

Adquieran información

Qué: Artículos de noticias, menús, guías de viajes

Por qué: Su hija se familiarizará con *textos explicativos*, los cuales buscan informar o educar a los lectores.

Cómo: Comente las noticias que ha leído y lo que ha aprendido y sugiera a su hija que haga lo mismo. Si van a comprar comida para llevar, dígame a su hija que lea los menús y haga el pedido. Cuando visiten un nuevo lugar, pídale que eche un vistazo a la guía y comparta la información con todos. Puede hacer de guía turística, sugiriendo los lugares y las actividades con que su familia puede disfrutar. 👍

Apuntes notables

Los buenos apuntes pueden ayudar a su hijo a recordar lo que le han enseñado en clase, a crear guías de estudio y a repasar para los exámenes. Comparta con él estos pasos que le enseñarán a tomar excelentes apuntes.



1. Prepárate de antemano. A su hijo le será más fácil seguir al profesor si ha leído las fotocopias o los capítulos que le asignaron. ¿Por qué? El material y el vocabulario le resultarán familiares.

2. Aprende el estilo de cada maestro. Para enfatizar material indispensable, puede que un maestro use gestos con las manos mientras que otro quizá escriba frases en la pizarra. Su hijo debería escribir esa información y destacarla con una estrella o un círculo.

3. Haz preguntas. Si su hijo no entiende algo, podrá escribir un punto de interrogación en el

margen de sus apuntes. Luego puede preguntar al respecto a su maestro en el turno de preguntas. Lo más probable es que

alguien más tenga la misma pregunta y le dará gusto haber preguntado. 👍



PARA

Aprender a tener determinación

P He oído que los niños necesitan “determinación” para triunfar. ¿Qué es y cómo puedo enseñársela a mi hija de 12 años?

R La determinación requiere perseverancia, valor y resistencia, básicamente es no abandonar objetivos o tareas hasta completarlas. Tener pasión ayudará a su hija a desarrollar la determinación, permitiendo que siga haciendo algo cuando se complique y a superar los obstáculos que encuentre.

Usted puede fomentar la determinación en su hija dándole ejemplos y explicándose los, por ejemplo un compañero de trabajo que aprendió a leer de mayor. También pueden leer libros de la biblioteca sobre gente famosa que perseveró. Por ejemplo, el primer libro de Dr. Seuss fue rechazado por 27 editoriales antes de ser aceptado para publicación.

Pónganse un reto en familia que dé a cada uno de ustedes la posibilidad de ser determinados. Que cada persona elija algo que quiere hacer que podría ser difícil, pero que es posible. ¿La condición? ¡Nadie puede rendirse! 👍



De padre a padre

Conocer a las nuevas amistades

Cuando mi hijo estaba en la escuela primaria, yo siempre conocía a sus amigos. Cuando llegó a la escuela media empezó a salir con compañeros de los que yo nunca había oído hablar.

Que Jake pasara tiempo con niños que yo no conocía me preocupaba. Le pedí que los invitara a casa y conocerlos en persona me ayudó a

tranquilizarme y me ofreció la manera de relacionar caras con nombres. Les pedí sus números de teléfono y los de sus padres. Así podría ponerme en contacto con ellos si estaban con Jake y hablar con él. Llamar

a los padres para saludarlos abrió la puerta por si alguna vez tenía que acudir a ellos.

Aún no conozco bien a los compañeros de Jake. Pero al menos me siento más tranquila sobre la nueva escena social de su escuela media. 👍



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
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559