

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Enero 2016

Albert Leonard Middle School  
John Barnes, Principal

## Reexamine las rutinas que son productivas a la hora de las tareas

Los estudiantes que retoman las clases en enero frecuentemente necesitan una ayudita para volver a entrar en "la onda de las tareas" después de haber gozado de más libertad durante las vacaciones. Si esto le ocurre a su hijo, puede ayudarlo a restablecer las rutinas que le funcionaron en el otoño. Para comenzar, usted y su hijo deberían:

- **Fijar un horario y un lugar** para hacer las tareas.
- **Consultar su agenda de tareas** cada día para que los dos sepan exactamente qué es lo que debe entregar. Revise las tareas una vez que las termine.



Si se da cuenta que su hijo tiene dificultades para terminar su trabajo:

- **Prohíba cualquier actividad** de esparcimiento social (incluyendo ver televisión, y usar la computadora o el teléfono) hasta que termine sus tareas.
- **Ayúdelo a crear** un horario diario para hacer las tareas. Por ejemplo: matemáticas, luego un descanso de 10 minutos. Estudios sociales, descanso de 10 minutos. Vocabulario de español. Tomarse un breve descanso entre una tarea y otra lo ayudará a sentirse menos abrumado.

Si su hijo siempre "termina" las tareas, pero están descuidadas y desprolijas:

- **Haga hincapié** en la importancia de esforzarse lo más que pueda.
- **Pídale que le explique** la tarea a usted para que pueda determinar si efectivamente hizo lo que le asignaron.

Fuente: S. Zentall, Ph.D. y S. Goldstein, Ph.D., *Seven Steps to Homework Success: A Family Guide to Solving Common Homework Problems*, Specialty Press, Inc.



## Cambie el tiempo de pantalla por relajación

Los teléfonos inteligentes, las computadoras, las tablets, la tele: a los estudiantes de intermedia les encantan los aparatos electrónicos. Pero los expertos recomiendan limitar el tiempo que pasan frente a una pantalla a menos de dos horas por día. Para controlar el uso de electrónicos por parte de su joven:

- **Determine en realidad** cuánto tiempo su hijo pasa "conectado".
- **Dígale por qué** está preocupado. "Los médicos señalan que pasar mucho tiempo frente a una pantalla causa problemas de atención y dificultades para conciliar el sueño. Busquemos una forma más sana de relajarnos".
- **Fije un límite.** Con su hijo, fije una meta para reducir el tiempo frente a la pantalla, semana por semana, hasta que alcance un nivel apropiado.
- **Saque las pantallas** del dormitorio. Los estudios revelan que los jóvenes que tienen una tele, computadora o tablet en sus dormitorios pasan 90 minutos más por día frente a una pantalla que aquellos que no".
- **Ofrezca alternativas.** Anden en bicicleta. Jueguen a las cartas. Muéstrela a su hijo que hay muchas formas de divertirse y hacer funcionar el cerebro sin depender de una pantalla.

Fuente: "Media and Children," American Academy of Pediatrics, [nswc.com/screenime](http://nswc.com/screenime).

## Aprender es más interesante con un grupo de estudio

A muchos adolescentes les gusta intercambiar conocimientos con sus amigos. Y es por esta razón que un grupo de estudio podría ser un gran aporte a la rutina de estudio de su hijo.

Para formar el grupo, ayude a su estudiante a seleccionar entre cuatro y seis jóvenes que quieran rendir bien en la escuela. Todos deberían estar de acuerdo en que el objetivo del grupo es estudiar y no hacer vida social.

Fuente: R. Fry, *How to Study*, Cengage Learning.

## La clave está en la variedad

La lectura que es beneficiosa para los estudiantes de intermedia va mucho más allá de las novelas "clásicas".

Su joven puede aprender de todo tipo de material de lectura:



- **Las revistas** refuerzan el valor de leer por placer y sobre temas de interés.
- **Los informes deportivos** le enseñan a leer para recabar información.
- **Los libros de no ficción** mejoran la fluidez, la comprensión y enriquecen el vocabulario.
- **Los libros de instrucción** enseñan que la lectura nos enseña habilidades prácticas.

Fuente: D. Booth, *Reading Doesn't Matter Anymore: Shattering the Myths of Literacy*, Stenhouse Publishers.

## ¿Fue error o descuido?

Para que su joven se convierta en una persona más responsable, ayúdelo a aprender la diferencia entre un *error* (ponerle demasiado detergente a la ropa) y un *descuido* (dejar su ropa sucia en el suelo). Si comete un error:



- **Ayúdelo** a resolverlo o limpiarlo.
- **Muéstrele** cómo hacerlo correctamente.

Si se olvida o descuida sus responsabilidades:

- **Dígale** dónde falló y por qué.
- **Recuérdale** que sus contribuciones a la familia son importantes.
- **Aplice una consecuencia** relacionada a la responsabilidad con la que no cumplió.

## ¿Cómo convengo a mi hijo que lo está haciendo muy bien?

**P:** ¡Mi hijo de octavo grado es muy exigente consigo mismo! Se queja de que no puede hacer nada bien, lo que en realidad no es verdad. ¿Cómo puedo ayudarlo a ver que es una persona capaz e inteligente?

**R:** La inseguridad es algo común entre los estudiantes de intermedia. Ellos están descubriendo la presión de tener que satisfacer las expectativas de los demás y pueden sentirse temerosos ante la posibilidad de fracasar. Para ayudar a su hijo a empezar a comprender que es capaz e inteligente:

- **Encuentre la situación acertada.** Deje que su hijo sienta en carne propia lo que es tener éxito, al crear situaciones donde sea probable que le vaya bien. Si se destaca en los deportes, inscribalo en una liga recreativa. Si le gusta la matemática, sugiérale que le dé clases particulares a otro estudiante.
- **Asigne responsabilidades.** Tal vez se queje de tener que limpiar el garaje o vaciar el lavaplatos, pero exíjale que lo haga de todas maneras. Los quehaceres son una estupenda manera de hacer que su hijo se sienta capaz y útil, porque hacerlos ayuda a toda la familia. También podría lograr que adquiera más responsabilidad.
- **Elogie su esfuerzo y sus logros.** ¿Acaso su hijo hizo algo bien? ¡Felicítelo! Muéstrelle que valora sus logros, sean estos obtener una buena calificación u organizar su ropero en casa.

Con un poquito de ayuda de su parte, su hijo pronto se verá a sí mismo como la persona talentosa y estupenda que es.



## Haga que la física cobre vida

Pensar en una materia como la física en términos prácticos puede ayudar a su hijo a comprenderla mejor. Es muy útil traducir los términos propios de la materia a un lenguaje que el estudiante de intermedia entienda. Por ejemplo:

- **El estado de reposo** es el estado en que se encuentra un objeto que su hijo dejó caer en el piso: totalmente inmóvil.
- **Inercia** es lo que siente cuando se resiste a salir de la cama, y levantarse para recoger el objeto caído.
- **Fuerza** es la energía que usa para levantar el objeto.
- **Masa** determina cuán fácil resulta levantar un objeto. Las cosas livianas tienen una masa menor; las cosas pesadas, una mayor.

Fuente: D. y C. Johnson, *Homework Heroes, Grades 6-8: It's a Bird. It's a Plane. It's Done!* Kaplan Publishing.

## Lea, piense y comuníquese

A su hijo todavía le gusta leer en voz alta. Y ahora puede conversar mucho mejor que antes sobre el libro que ha leído.



Pues entonces, túrnense para leerse el uno al otro y luego comenten lo que han leído. Podría decirle, "Me sorprendió que el personaje principal reaccionara de ese modo. ¿Qué crees tú?"

Fuente: Advice & Tips: Tips for Reading Aloud with Preteens and Teens," Reading is Fundamental, [nisdw.com/midread](http://nisdw.com/midread).

## Muéstrele a su hijo cómo ser un buen amigo

En la intermedia, es muy importante sentirse apreciado y querido. Para que su hijo pueda hacerse de amigos fácilmente:

- **Hablen** de lo que es necesario para ser un buen amigo: poseer cualidades como la honestidad, generosidad y el deseo de escuchar.
- **Enséñele a perder.** Debe ser cortés y amable, pierda o gane.
- **Ayúdelo a cooperar** y a ceder. Preparen juntos una cena para la familia. "Si servimos la pasta que más te gusta a ti, dejemos que tu hermano escoja el postre".

## Cuestionario Para Padres

### ¿Promueve el trabajo esmerado y completo?

El problema de muchos estudiantes que obtienen calificaciones bajas no es la falta de conocimiento, sino los errores de descuido. ¿Le enseña a su hijo a realizar trabajo esmerado y preciso? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Revisa** la agenda de tareas de su hijo para averiguar qué tareas tiene?
2. **¿Insta** a su hijo a prestar atención a los detalles, como escribir su nombre en todo lo que entrega?
3. **¿Le dice** a su hijo que la prolijidad es importante y que si el trabajo está descuidado, él podría recibir una calificación más baja?
4. **¿Le sugiere** a su hijo que revise las respuestas antes de entregar su trabajo?
5. **¿Revisa** el trabajo de su hijo para verificar que esté completo?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está inculcándole a su hijo el valor del trabajo bien hecho, prolijo y completo. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“Si quiere que sus hijos sean personas de bien, pase con ellos el doble de tiempo y gaste en ellos la mitad del dinero.”  
—Abigail Van Buren

## Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

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

Editora: Alison McLean.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Gerente de Producción: Pat Carter.

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

Copyright © 2016, 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](http://www.parent-institute.com) • ISSN 1527-1064