

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Noviembre 2015

Albert Leonard Middle School
John Barnes, Principal

Tenga expectativas claras para su hijo y muéstrole cómo satisfacerlas

Establecer expectativas para su estudiante de intermedia puede motivarlo a esforzarse en la escuela, a asumir más responsabilidad y a estrechar los lazos afectivos con la familia. Sin embargo, es fundamental que las expectativas sean claras y factibles.

Le ofrecemos ejemplos de expectativas apropiadas y cómo expresárselas a su hijo:

- **El trabajo escolar es lo primero.** "Puedes ver tele, jugar videojuegos o conversar con tus amigos *después* de que hayas terminado la tarea, no antes".
- **Discrepe respetuosamente.** "Espero que te dirijas a mí y a tus maestros con respeto, aunque estés enojado".
- **Limite el uso de las redes sociales.** "Puedes ver tu Instagram y enviarles mensajes de texto a tus amigos un máximo de una hora cada día. Pero los aparatos electrónicos se apagarán a partir de las 9 p.m."
- **Le informe de sus planes.** "Por favor, dime con anticipación si piensas ir a algún lugar. Trata de no darme sorpresas a último minuto".
- **Participe en actividades familiares.** "Puedes organizar tus propias actividades este fin de semana, pero recuerda que el domingo iremos a visitar a abuelito, y tú vendrás con nosotros".
- **Se cuide y cuide sus cosas.** "Coloca la ropa sucia en la canasta. La ropa que esté tirada por el suelo no se lavará".



Fuente: R. Burke, Ph.D. y otros, *Common Sense Parenting: Using Your Head as Well as Your Heart to Raise School-Aged Children*, Boys Town Press.



Seis maneras de ayudar con la tarea

A los padres les resulta tan difícil ver que su estudiante tiene dificultades con la tarea, que muchos de ellos intervienen y terminan haciéndosela a sus hijos. Pero las tareas son responsabilidad del estudiante. Para ayudarlo sin asumir el control:

1. **Ayude a su hijo a organizarse.** Anímelo a usar un calendario, un cuaderno para anotar las tareas y carpetas para mantener todo en orden.
2. **Ayúdelo a planificar con tiempo.** Enséñele a su hijo a dividir proyectos grandes en partes más pequeñas y a dedicar suficiente tiempo para cada una de ellas.
3. **Estudie con él.** Tómele el vocabulario nuevo, las fechas de la lección de historia o la información en las fichas de estudio de la clase de ciencia.
4. **Dele consejos,** tal como "Vuelve a leer las instrucciones con mucha atención".
5. **Hágale preguntas.** Ayude a su hijo a resolver problemas preguntándole, "¿Es que hay una parte que *puedas* resolver?" "¿Acaso hay un problema de ejemplo o pregunta similar en el libro de texto?" "¿Has hecho algo como esto alguna otra vez?"
6. **Sugiérale a su hijo** que le pida ayuda al maestro si todavía está confundido.

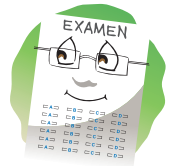
Ocúpese de lo fundamental

Los hábitos de su familia afectan la capacidad de aprender de su hijo. Para fomentar el éxito, comprométase firmemente a adoptar estas rutinas:

- **Comidas.** Sirva proteína magra y verduras. Verifique que su hijo tome desayuno.
- **Ejercicio.** Anime a su hijo a hacer 30 minutos de ejercicios por día. Háganlo juntos toda vez que pueda.
- **Descanso.** Marque un horario para acostarse que le permita a su hijo dormir unas nueve o 10 horas por noche.

Los exámenes enseñan muchas cosas

Tal vez su hijo crea que cuando termina un examen, también ha terminado lo que puede aprender de este. Recuérdele que hay muchas maneras de aprender de los exámenes. Los aprovechará al máximo si:



- **Anota sus reacciones** después de rendirlo. ¿Le pareció difícil? ¿En qué se sintió seguro?
- **Lo guarda** cuando el maestro se lo devuelve. Puede corregir las respuestas con errores y usarlo para estudiar antes del examen final.
- **Analiza sus errores.** ¿Fueron errores de descuido o es que simplemente no sabía la respuesta? Puede pensar en maneras más eficientes de estudiar, tal como usar fichas o preparar una guía de estudio.

Su hijo se beneficia cuando ayuda a los demás

Los estudios revelan que hacer servicio comunitario puede resultar en mejores calificaciones y un mayor interés en la escuela. El voluntariado puede:



- **Desarrollar la autoestima** de su hijo y fortalecer sus lazos con la comunidad.
- **Reducir las probabilidades** de que se dedique a actividades peligrosas, como el consumo de drogas.
- **Enseñarle** valiosas destrezas, tal como trabajar con diferentes tipos de personas.

Fuente: J. Littlefield, "How to Promote a Positive Teen Volunteer Experience," About Parenting, nswc.com/volunteer.



¿Cómo puedo facilitarle a mi hijo el proceso de escribir?

P: Mi hijo detesta escribir. Cada vez que tiene que escribir algo, simplemente se queda mirando la hoja en blanco. ¿Hay algo que pueda hacer para ayudar?

R: Por lo general, los estudiantes de intermedia son escritores renuentes. Muchos simplemente se paralizan ante la idea de escribir. Tienen miedo de que lo que escriban no sea bueno o de que alguien se burle de ellos.

Para ayudar a su hijo a escribir con más facilidad:

- **Recuérdale que** hasta los escritores profesionales también tienen dificultad para escribir algunas veces.
- **Hable sobre sus ideas.** Anímelo a anotar sus ideas a medida que se le vayan ocurriendo. Luego, puede corregir la gramática y el desarrollo.
- **Pídale que trate de escribir libremente.** Debería escribir todo lo que se le ocurra, aunque sea una tontería.
- **No critique demasiado.** Si le pide que revise lo que ha escrito, señale primero lo que le gusta. Concéntrese en lo que su hija está tratando de decir, no simplemente en la gramática o la mecánica de la escritura.
- **No le corrija los errores.** Le enviará el mensaje que considera que él no tiene la capacidad de hacerlo por su cuenta.
- **Sea paciente.** Permítale que exprese sus frustraciones. Convertirse en un buen escritor toma tiempo.



Cuestionario Para Padres

¿Dice su hijo 'no' a la presión de los amigos?

Los estudiantes de intermedia se preocupan muchísimo por lo que piensan y dicen sus compañeros. ¿Está usted preparando a su hijo para reconocer y lidiar con la presión negativa de sus amigos? Responda *sí* o *no* a las preguntas a continuación:

1. **¿Habla** con su hijo del deseo de sentir que encaja dentro del grupo?
2. **¿Habla** con él de la importancia de hacer lo que es correcto en lugar de hacer lo que es fácil?
3. **¿Le sugiere** a su hijo maneras de decir que *no* a aquellas cosas que sabe están mal? Podría decir, "No me interesa", y retirarse.
4. **¿Le ha dejado** bien en claro a su hijo cuáles son las reglas de su familia? ¿Le ha dicho que puede hablar con usted si se siente presionado a desobedecerlas?
5. **¿Anima** a su hijo a pensar en las consecuencias de sus actos?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, significa que usted está ayudando a su hijo a resistir la presión negativa de los compañeros. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“Cuando los padres e hijos hablan de la escuela con regularidad, los estudiantes rinden mejor en el campo académico”.

—Asociación Nacional para la Educación

Cómo reaccionar ante una mala libreta de calificaciones

Si su hijo trae a casa una libreta de calificaciones decepcionante, recuerde que reaccionar con frustración e ira no logrará que obtenga mejores notas. En lugar de ello, trate de:

1. **Poner las calificaciones** bajo la perspectiva adecuada. Son importantes, pero no son una vara para medir el valor de su hijo.
2. **Hablar de las cosas** que ha hecho bien. Pregúntele de qué se siente orgulloso.
3. **Preguntarle a su hijo** qué es lo que considera es la causa de las malas calificaciones.
4. **Establecer metas** realistas para mejorar. No le pida que se saque A en todo si ahora está recibiendo C en varias materias.
5. **Comunicarse con el maestro** para averiguar qué opina de esta situación.

Pídale a su hijo que le enseñe una lección

Si se está preguntando cómo podría ayudar a su hijo a aprender material que ni usted mismo domina, pídale que se lo enseñe. Cuando su hijo explica lo que sabe:

- **Aumenta su interés.** El interés de los padres fomenta el interés de los hijos.
- **Refuerza su propio aprendizaje.**

Cultive los lazos familiares

No es fácil comer en familia cuando todos están ocupados. Pero los jóvenes que cenan en familia cuatro veces por semana o más, tienen una ventaja en la escuela. Para estrechar los lazos afectivos con su hijo a la hora de la comida:



- **Sea flexible.** Si no pueden cenar juntos, pues tomen desayuno.
- **Incluya a su hijo** en la conversación. Haga preguntas como, “¿Sucedió algo sorprendente en la escuela hoy?”
- **Dígale no a la tecnología.** Apague los móviles y la tele.

Fuente: “Family Meals Spell S-U-C-C-E-S-S,” Purdue University Center for Families’ Promoting Family Meals Project, niswc.com/meals.

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 © 2015, 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 • ISSN 1527-1064