

Escuela Intermedia

Los Padres

Region 16 ESC Title III SSA

¡aún hacen la diferencia!



Cinco razones para que su hijo programe tiempo para leer

Los estudiantes de intermedia por lo general precisan más tiempo para completar sus tareas que cuando cursaban la primaria. Ahora que su carga de trabajo es mayor, es probable que leer por placer tenga poca prioridad en su día.

Tal vez su hijo considere que lee lo suficiente en la escuela. ¡Pues, está equivocado! Estas son cinco razones por las cuales su estudiante de intermedia debería programar tiempo para leer por placer:

1. Leer lo convertirá en un experto.

Leer es la mejor manera de aprender lo más que puede de un área o tema que le interesa.

2. **Leer puede transportarlo** a muchos lugares. Muy pocos pueden permitirse viajar a todos los lugares que le gustaría visitar. Pero su hijo siempre

puede viajar con un libro. Y puede adquirir el conocimiento que lo ayudará a establecerse metas que a su vez le permitirán llegar allí en persona algún día.

3. **Leer lo hará reír.** Valorar el contenido humorístico de un libro ayuda a su hijo a aprender a razonar. Además, desarrolla su propio sentido del humor.
4. **Leer puede convertirlo** en un detective. Un día invernal es la excusa perfecta para tomar un chocolate caliente y sumergirse de pleno en un estupendo misterio.
5. **Leer le permitirá conocer** a otras personas como él. En aquellos libros que tienen personajes de su edad, su hijo encontrará gente que piensa cómo él y confronta los mismos problemas.

Escribir cartas ayuda a adquirir destrezas importantísimas



Los estudiantes de intermedia son más susceptibles de enviar un mensaje de texto que de sentarse a escribir

una carta a la antigua, con papel y lápiz. Sin embargo, escribir una carta continúa siendo una destreza muy útil. Escribir una carta ayuda a los estudiantes de intermedia a:

- **Poner en práctica** su conocimiento de gramática, puntuación y construcción de una oración.
- **Mejorar la memoria** y sus habilidades de narrador. A muchos les gusta contar sobre sus experiencias cuando escriben cartas.
- **Mejorar sus destrezas sociales**, en particular si la carta es una de agradecimiento.

Le sugerimos estas tres estrategias para animar a su hijo a escribir:

1. **Ponga una canasta** para la escritura en un lugar visible en casa. Llénela de todo lo necesario para escribir una carta: papel, lápices, sobres, estampillas y una agenda con direcciones postales.
2. **Ponga a prueba** a su pequeño y animelo a escribir una carta por semana. Y si le contesta que no tiene a nadie a quien escribir, recuérdale de ese pariente a quien le encantaría recibir noticias suyas.
3. **Compre tarjetas postales** en cada lugar que su familia visite. Pídale a su hijo que escriba sobre sus experiencias, y envíeles las postales a amigos y parientes.

Ayude a su hijo de intermedia a empezar a pensar en el futuro



Todavía faltan muchos años para que su hijo ingrese en la universidad, pero eso no significa que él no deba empezar a

pensar y planificar para ese momento. Los estudios revelan que las personas que se gradúan de la universidad son más susceptibles de:

- **Tener una vida más larga y sana.**
- **Tener un buen empleo.**
- **Estar a gusto con su empleo.**
- **Cambiar de empleo más fácilmente.**
- **Ganar salarios bastante más altos.**

Para ayudar a su hijo a empezar a pensar en su educación superior:

- **Hable de sus intereses.** ¿Qué le gusta hacer a su hijo? ¿Qué lo apasiona? Ya sea se trate del diseño gráfico o del entrenamiento físico, con certeza que existe un programa universitario dirigido a esta área de interés. Aún no está por inscribirse, pero es una buena idea “plantar la semillita” y dejarlo que se imagine cómo, algún día, podría seguir haciendo lo que le gusta en un ámbito universitario.

- **Anímelo a trazarse metas.** ¿Cómo se ve a sí mismo en 10 años? ¿Como una persona con un título universitario? ¿Un ejecutivo exitoso? Pregúntele qué se imagina y como piensa lograrlo. Específicamente, hable de lo que podría hacer ahora mismo (estudiar más o cursar materias más avanzadas) para ayudarlo a alcanzar esa meta.
- **Amplíe sus horizontes.** Hay más carreras profesionales de las que podemos contar, y lo más probable es que su hijo no esté familiarizado con muchas de ellas. Pues entonces, hagan una búsqueda en línea y averigüen lo más que puedan sobre ellas. ¡Avive su entusiasmo por todas las opciones que tiene a su disposición!

“El futuro es de aquellos que creen en la belleza de sus sueños”.

—Eleanor Roosevelt

No caiga en la trampa de convertirse en el mejor amigo de su estudiante



Su hijo está creciendo a ojos vista, y tal vez le parezca que se ve más como un joven que un niño. Pero recuerde: él

es su hijo, no uno más de sus amigos. Necesita que usted se comporte como el padre, y usted precisa que él lo respete y que obedezca las reglas establecidas.

Para evitar caer en la trampa de convertirse en un amigo más de su hijo:

- **Exíjale que lo respete** a usted y a otros adultos. No continúe una conversación con él si es maleducado. Aléjese y dígame que platicará con él cuando esté preparado para hablarle con respeto.
- **Insista en que siga obedeciendo** las reglas establecidas. Los estudiantes de intermedia no precisan una larga lista de reglas, sino unas pocas e importantes, que *deberá* acatar.
- **No trate de convertirse** en el padre “chévere” de su vecindario. Usted debería ser amable y cariñoso con su hijo y sus amigos, pero no es “uno más de los muchachos”. Los jóvenes pierden el respeto por los padres que se comportan como niños.
- **No tome decisiones** sobre la base de lo que le gustaría a su hijo o a sus amigos. Es probable que quiera que usted les pague la entrada para ver una película prohibida para menores, pero, ¿es esta una decisión sensata? Usted es el adulto que manda y debe tomar decisiones acorde con ello.

¿Sabe usted cómo abordar los asuntos difíciles?



Los estudiantes de intermedia suelen encarar situaciones difíciles con frecuencia, desde recibir invitaciones para beber

alcohol hasta la presión de los amigos para faltar a clases. ¿Está ayudando a su hijo a encarar estas situaciones con determinación? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

___ **1. ¿Habla** con su hijo de las situaciones difíciles que podría encarar *antes* de que se presenten?

___ **2. ¿Modela** distintas maneras de decir *no*? “¡Mi mamá me mataría!” es algo a lo que siempre podría recurrir.

___ **3. ¿Le ha dicho** a su hijo que espera que sea honesto con usted, en particular cuando se trata de asuntos serios?

___ **4. ¿Le ha hablado** a su hijo claramente de sus valores? Recuerde, la mejor manera de enseñarlos es *dar el ejemplo*, no solo hablar de ellos.

___ **5. ¿Crea** oportunidades para hablar con su hijo a diario? Las conversaciones informales suelen allanar el camino para entablar charlas más serias.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas son *sí*, usted está entablando conversaciones útiles y positivas sobre temas difíciles con su hijo. Para cada respuesta *no* pruebe esa idea del cuestionario.

Escuela Intermedia
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1321

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 © 2018, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Es difícil para los estudiantes sentarse quietos durante la hora de las tareas



Si le parece que su hijo no es capaz de quedarse quieto y tranquilo durante la hora de las tareas, es probable que sea porque en realidad ¡no puede hacerlo! Y si no parece capaz de dejar de comer un bocadillo en todo momento, es porque necesita esa comida.

Su estudiante de intermedia está en el umbral de la adolescencia. Y esto marca el período de cambio físico más importante por el que atravesará desde la infancia.

Los estudiantes de intermedia suelen:

- **Levantarse de la silla.** A medida que los adolescentes crecen, sus huesos (incluyendo la última vértebra de la columna) empiezan a endurecerse. Permanecer sentado mucho tiempo puede causar dolor en las terminales nerviosas. Levantarse es una defensa natural contra esa molestia. Tal vez su hijo pueda probar hacer parte de la tarea de pie. O podría estudiar vocabulario mientras camina por la casa.

- **Sentirse inquietos.** Aún cuando consiguen mantenerse sentados, los estudiantes de intermedia pasan mucho tiempo moviéndose con inquietud. En la adolescencia, los huesos crecen más rápido que los músculos, lo que significa que estos constantemente se estiran y tironean. Esto causa los llamados “dolores del crecimiento”. Estirarse puede aliviarlos, así que anímelo a tomarse un descanso con regularidad para estirarse durante la hora de tareas.
- **Asaltar el refrigerador.** Los huesos y músculos de su joven no son los únicos que crecen. También lo hace su estómago, y es necesario que consuma más comida para llenarlo. No solo eso, sino que crecer requiere una cantidad importante de combustible. Abastézcase de bocadillos sanos y deje que su hijo coma mientras estudia.

Fuente: P. Lorain, “Squirming Comes Naturally to Middle School Students,” National Education Association, niscw.com/mid_squirm.

Proceso de cinco pasos que ayudará a su hijo a tomar mejores decisiones



¿Quiere que su estudiante de intermedia tome decisiones responsablemente? Anímelo a utilizar este proceso de cinco pasos

toda vez enfrente un dilema:

1. **Evalúe la situación.** Su hijo no puede tomar una decisión sensata si el problema en cuestión parece confuso. Pues entonces, recuérdale que debe definirlo claramente preguntándose, “¿Qué es lo que más me preocupa?”
2. **Explore sus opciones.** ¿De qué manera podría su hijo lidiar con el problema? Pídale que haga una lista mental, y que luego la limite a las tres opciones más razonables. Este paso es esencial porque ilustra el hecho de que por lo general, hay varias opciones para resolver un problema.
3. **Considere las desventajas.** Dígale a su hijo que piense en los contra de cada una de las tres ideas principales. Si una opción acarrea consigo una consecuencia particularmente seria, este es el momento de descartarla.
4. **Considere las ventajas.** Ahora, pídale a su hijo que determine cuáles son los pro de estas tres opciones. ¿Acaso una tiene más ventajas que las otras? Pues entonces, esa debería ser la seleccionada.
5. **Decida la solución.** Ahora que ha analizado los pro y contra de cada opción, su hijo puede tomar una decisión sensata con toda confianza.

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.

P: Sé que asistir a la escuela es muy importante, pero nosotros viajaremos durante las fiestas, y mi estudiante de séptimo grado faltará a la escuela una semana. ¿Qué puedo hacer para evitar que se atrase?

Preguntas y respuestas

R: Primero, examine su itinerario. ¿Acaso sería posible alterar sus planes para que el viaje coincida con las vacaciones escolares? Esta es la única manera de asegurar que su hijo no se pierda importante instrucción en la escuela.

Sin embargo, si las fechas de su viaje no pueden modificarse, hay tres cosas que puede hacer para ayudar a su estudiante de intermedia a mantenerse al día:

1. **Hable con los maestros.** Con anticipación, explíqueles la situación a todos los maestros. Si programan asignar material de lectura u hojas de trabajo justo después de las vacaciones, vea si su hijo puede empezar antes. Averigüe si el maestro tiene un sitio internet con el trabajo escolar, y determine si su hijo puede seguir el trabajo a la distancia. Pero recuerde: los maestros no tienen ninguna obligación de ajustarse a su horario de vacaciones.
2. **Concéntrese en aprender** mientras esté de viaje. Vea su viaje como una oportunidad de aprender. Explore museos y atracciones culturales o históricas y coméntelas con su familia. Trate de sumergir a su hijo en actividades educativas a las que no tendría acceso en su casa.
3. **Programe tiempo** para leer y escribir. Aunque a su hijo no le hayan asignado trabajo que deberá completar durante las vacaciones, insista en que lea por placer y que escriba sobre su viaje en un cuaderno. ¡Unas vacaciones de la escuela no deberían ser unas vacaciones de aprender!

Enfoque: inculcando valores

Reconocer los casos de acoso no siempre resulta fácil



Tal vez crea que les resulta fácil a los adolescentes reconocer actos de acoso. Pero en la estructura social de la escuela intermedia, no lo es. Y es que los estudiantes de intermedia tienden a ser más tolerantes si el acosador es uno de los estudiantes populares.

Cuando hable con su estudiante de intermedia sobre el acoso o la intimidación, anímelo a:

- **No concentrarse tanto** en *quién* acosa sino más bien en lo que está ocurriendo en realidad. Los actos, ¿son hirientes? Las palabras, ¿tienen la intención de causar tristeza, miedo o vergüenza? Si la respuesta es sí, es acoso, aunque la persona que lo cometa sea alguien a quien todos quieren y la víctima no tenga muchos amigos.
- **Pensar en cómo se sentiría** si estuviera en el lugar de la víctima. ¿Sería diferente la situación si su acosador fuera un estudiante popular? ¿O acaso se sentiría igual de herido independiente de la identidad del amedrentador? Animar a su hijo a ponerse en el lugar de otra persona es un paso muy importante para adquirir empatía.
- **Reaccionar de manera apropiada.** Su hijo *nunca* debería ser un simple espectador. Quedarse parado, observando, y lo que es peor, reírse con el acosador, es casi tan dañino como el acto de acoso en sí. Su hijo debería pedirle al bravucón que deje de hacerlo o salir a informarle de la situación a un adulto.

Fuente: *Bullying—Engaging Parents, Students and Staff in Your Anti-Bullying Program*, The Parent Institute.

Hable con su estudiante del valor de ser una persona fiable

La fiabilidad es de vital importancia para el éxito de su hijo. De nada vale el talento o la inteligencia de una persona si ésta no es fiable. La persona que está presente, llega puntualmente y se esfuerza es la que recibirá un ascenso o aumento.

Anime a su hijo a:

- **Cumplir con lo que ha prometido.** En la escuela, debería entregar sus trabajos a tiempo. Si forma parte de un grupo, ya sea en la clase o en una actividad extracurricular, debe cumplir con su parte. El éxito o el fracaso de otros podría depender de sus propios actos.
- **Reparar la situación.** Todos cometemos errores. Es parte de la vida. Pero su hijo debería tratar de corregirlos. Si decepciona a alguien, debería decir, “Lo siento mucho. No permitiré que ocurra otra vez. ¿Cómo puedo resarcirte?”



- **Ser jovial.** Presentarse y hacer el trabajo es importante. Pero si su hijo lo hace con el ceño fruncido y refunfuñando, lo más probable es que nadie nunca más le pida que vuelva a hacer algo. Y es así que perderá fantásticas oportunidades.

Una actitud positiva es clave para el éxito dentro y fuera de la escuela



Una actitud positiva puede motivar a su hijo a esforzarse para tener éxito, y puede seguir animándolo incluso cuando quiera darse por vencido.

Para animar a su hijo a exhibir una actitud positiva:

- **Dígale que se concentre** en aquellas cosas que puede cambiar. Una actitud negativa por lo general resulta de una sensación de impotencia. Por ejemplo, su hijo probablemente no pueda cambiar el material que se presenta en su clase. Si hacerlo fuera su meta, se

sentiría impotente y negativo. Pero *sí puede* cambiar cuánto y cuán bien se preparará. Esto lo llevará al éxito y se sentirá empoderado.

- **Anímelo a pensar** en los demás. Es increíble como el hacer algo por los demás puede eliminar el mal humor de una persona. En esta temporada de espíritus generosos, inste a su hijo a poner una sonrisa en labios de otra persona.
- **Pídale que escriba** de la positividad en un diario personal. En él, podría anotar todas aquellas cosas que le brindan felicidad.