

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



## Notas Breves

### Conectar después del colegio

A su hijo quizá no le apetezca hablar en el mismo instante en que llega de la escuela media a casa. Procure decirle simplemente: "Hola, ¡ya me contarás si pasaste un buen día!" y dele tiempo para que se relaje. Más tarde podrá preguntarle sobre una clase o una tarea, por ejemplo, qué hizo en arte o cómo le fue su presentación en la clase de historia.

### Un peso menos

El transporte de una mochila pesada puede lastimar los músculos y producir dolor de hombros, cuello y espalda. Dígame a su hija que se pese y que luego pese su mochila para cerciorarse de que no pesa más del 10–20 por ciento del peso de su cuerpo. Así mismo, debería llevar la mochila sobre los dos hombros para distribuir el peso por igual.

### Adivina mi número

Este divertido juego para la familia desarrolla en su hijo el pensamiento lógico. Elijan por turnos un número entre el 1 y el 100. Que todo el mundo haga preguntas de sí o no ("¿Es impar?" "¿Es mayor que 60?") hasta que alguien adivine el número correcto. Luego, que esa persona elija números distintos (por ejemplo, entre 475 y 600) y un nuevo número secreto.

### Vale la pena citar

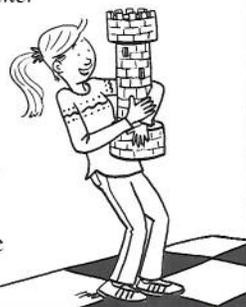
"No importa lo que hagan los demás; supérate a ti mismo, bate tu propio récord a diario y triunfarás".

William J. H. Boetcker

### Simplemente cómico

**P:** ¿Quién es lo suficientemente fuerte para mover una torre?

**R:** ¡Un jugador de ajedrez!



## Estrategias de organización A+

Con el nuevo curso ya en marcha, su hija estará más tranquila y más segura de sí misma si sabe que tiene todo bajo control. Estrategias como las siguientes la ayudarán a organizarse.

### Green "bases de operaciones"

Anime a su hija a que guarde los materiales relacionados con la escuela en lugares específicos para que sepa siempre dónde están. Podría almacenar los útiles escolares en un estante de la cocina o en la mesa de su dormitorio metidos en una caja. Dígame que elija un sitio cerca de la puerta para objetos como su mochila, su instrumento musical y las zapatillas de gimnasia para que estén listos cuando salga de casa.



hojear sus carpetas y sus cuadernos y luego archivar lo que necesita y tirar lo que no necesita.

### Registro de tiempo

Saber lo que tardará en hacer sus tareas le facilitará la organización de su tiempo. Sugíerale que mida lo que tarda en terminar distintos tipos de trabajo escolar, por ejemplo investigar para un proyecto o repasar el vocabulario de español. Podría escribir los tiempos en su agenda y referirse más tarde a ellos para presupuestar con exactitud su tiempo en el futuro. 👍

### Orden en 5 minutos

Sugíerale a su hija estos hábitos en los que empleará sólo unos cuantos minutos. Cada día, antes de salir del colegio, puede echar un vistazo a su agenda para ver las fechas y fechas de entrega de exámenes, tareas y documentos. Así sabrá qué libros o papeles se lleva a casa. En casa podría

### Parte del grupo

La participación en una actividad extracurricular proporciona a su hijo una forma productiva—y divertida—de pasar su tiempo libre. Pongan a prueba estas ideas.

#### ■ Encuentren algo en lo que encaje bien.

Sugíerale a su hijo que escuche los anuncios de la mañana o que consulte el sitio web del colegio para localizar una lista de actividades. Puede pedir más detalles al entrenador o al patrocinador sobre las que le interesen.

■ **Organicen el transporte.** Creen un sistema para compartir con otros padres el transporte en auto. Su hijo también puede enterarse de si puede tomar un autobús más tarde y conseguir el horario.

■ **Demuestren interés.** Si se une a un equipo de deportes, animelo en los partidos o competiciones. Si está en el club de ciencias, pídale que le hable de un experimento con el que lo pasó bien. 👍



# Deberes: Viento en popa

En la escuela media su hijo es el capitán del barco en lo relativo a la organización de los deberes escolares. Navegará viento en popa con estas ideas.

## Comenten sus expectativas.

Anime a su hijo a que piense en lo que se espera de sí mismo. Podría decir que entregará las tareas dentro del plazo y que se acostumbrará a pasar los problemas de matemáticas para cerciorarse de que no cometió errores por descuido. Dígame también lo que usted se



espera respecto a los deberes. Considere la posibilidad de escribir expectativas como que se esfuerce al máximo o entregar los trabajos a tiempo.

**Dé un paso atrás.** Dígame a su hijo que decida si va a hacer los deberes después de la escuela o después de cenar. Cuando llegue el momento de empezar, hable sin rodeos. Podría decirle: "Parece que es la hora de los deberes. Dime si necesitas algo".

Luego anímelo a que trabaje con independencia. Esto le demuestra que usted confía en sus habilidades y lo anima a responsabilizarse de su propio trabajo. 👍

## ¿Qué es "vaporear"?

Buenas noticias: Menos estudiantes de la escuela media fuman cigarrillos. Malas noticias: Más preadolescentes vaporean, es decir, fuman cigarrillos electrónicos. He aquí lo que necesita saber.

**Qué es:** Los cigarrillos electrónicos se usan para inhalar vapor que suele contener nicotina.

A los jovencitos les atrae vaporear porque viene en sabores como algodón dulce o chicle. Los aparatos suelen ser pequeños y fáciles de esconder: algunos parecen memorias USB y se pueden cargar conectándolos a la computadora portátil.



**Por qué es peligroso:** La nicotina es adictiva y lesiona el cerebro y el pulmón en crecimiento. Y todavía no se sabe qué otros daños podrían causar las sustancias químicas.

**Qué puede hacer usted:** No permita que se fume de ninguna manera y explíquele a su hija las consecuencias de desobedecer esta norma. Preste atención también a los indicios de que su hija vaporea, por ejemplo nubes gigantes de vapor u olores inexplicables. Y busque en la red imágenes de cigarrillos electrónicos para saber qué aspecto tienen. 👍



## De padre a padre

## Anime la iniciativa

Le mencioné a mi vecina Jeanne lo serviciales que son sus hijos porque los veo a menudo recogiendo el correo o trabajando en el jardín. Jeanne me dijo que hacen muchas cosas sin que se las pida, así que me interesaba conocer su secreto para educar a niños que tomen la iniciativa.

Jeanne me explicó que cuando su hija pequeña empezó la escuela media, ella volvió a trabajar y tenía menos tiempo para hacer cosas en casa. Así que enseñó a sus hijos que en lugar de esperar a que ella cambiara la bolsa de la basura o pusiera en marcha el lavaplatos, ellos tenían que encargarse solos de estas cosas. Al final se acostumbraron a asumir responsabilidades mayores en el hogar.

Decidí aprovechar una idea de Jeanne y le dije a mi hija que empezara a lavar sus propias ropas y a preparar su merienda. Al cabo de unos cuantos días dejé de recordárselo y, cuando no tenía ropa limpia o merienda aprendió a recordárselo a sí misma. Quizá no ayude en el jardín de la noche a la mañana, ¡pero por lo menos le estoy transmitiendo el mensaje correcto! 👍



## En la escuela a diario

**P** El año pasado mi hijo me pedía que le dejara quedarse en casa cuando estaba cansado o "necesitaba un descanso". Sé que tiene mucho que hacer: ¿debería dejarle que se quede en casa de vez en cuando?

**R** Una de las mejores formas de que su hijo vaya bien en sus estudios es cerciorarse de que asiste a clase cada día desde el comienzo al final.

Comiencen el curso leyendo juntos en el manual escolar la normativa sobre la asistencia. Así conocerán las razones

aceptables para faltar a clase, como una enfermedad o una emergencia familiar.

Luego, si le pide un "día libre", explíquele que su trabajo es aprender. Para ir al día con el nuevo material y participar en clase tiene que estar en la escuela. Puede aclararle que sus días libres

los tiene durante las vacaciones de invierno y de primavera. La asistencia regular a la escuela ahora desarrollará un hábito que lo acompañará durante el resto de sus años de estudio y en su futuro trabajo. 👍



### 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