

Los Padres™

Educational Service Unit #8
Linda Miller, Service Representative

¡aún hacen la diferencia!

Hable con su hijo de lo que significa ser respetuoso en la escuela

Los adolescentes no siempre saben lo que significa “demostrar respeto,” particularmente en un ambiente escolar. Tienen una idea vaga de que necesitan decir *por favor* y *gracias*, y saben que deben escuchar a sus maestros.

En la escuela, los estudiantes no sólo tienen que respetar a los maestros, al director y a otros miembros del personal. También tienen que respetar a los otros estudiantes y las instalaciones de la escuela. Hable con su adolescente de este tema.

Explique lo que es:

- **Un lenguaje respetuoso.** Su hijo debería evitar usar palabrotas, lenguaje que no sea apropiado o expresiones racistas. Dígame que una persona que escuche su conversación por casualidad podría sentirse ofendida.
- **La conducta respetuosa.** Su hijo no debería golpear, empujar o tocar agresivamente a los demás, aunque sea un juego entre amigos. Tampoco debería responder de mal modo a sus maestros o usar gestos o modismos irrespetuosos, como por ejemplo, mirarlos despectivamente.
- **El respeto por las instalaciones.** Su hijo no debería pintar o garabatear



en las paredes o los casilleros, ni siquiera en los pupitres en la sala de clase. No debería pintarrajear los afiches colgados en las paredes.

- **El respeto por sus pertenencias.** Si la escuela le ha prestado los libros de texto a su hijo, no debería garabaterlos ni escribir nada en ellos, ni tampoco arrancarles páginas. También debería ser cuidadoso al tratar las pertenencias de los otros. Anímelo a tratar las cosas de los demás con el mismo respeto que trata las suyas propias.

Fuente: “Delaware Valley Charter High School Respect Code,” Delaware Valley Charter High School, www.dvchs.net/Portals/0/Policies/Respect Code1.pdf.

Las expectativas son como un mapa para su adolescente



La única manera de asegurarse de que su hijo rendirá bien en la escuela es fijando expectativas

ambiciosas para él. Piense que éstas son una especie de mapa: sin un mapa, no hay garantía de que su hijo llegue a su destino final (o ni siquiera sepa cuál es). Con el mapa, él podrá encaminarse en la dirección deseada.

Para garantizar que las expectativas que usted tiene para su adolescente queden claras:

- **Hable de las metas** para el futuro. Ayude a su adolescente a hacer planes para el futuro y a pensar cómo los hará realidad.
- **Comente con él** de la relación que existe entre la dedicación y el resultado. Déjele bien en claro a su hijo que más que unas notas perfectas, a usted le interesa que él dé lo máximo de sí.
- **Hágase tiempo** para hablar de la escuela y las tareas. Así, su hijo sabrá que usted está interesado en su educación.
- **Pídale a su joven** que establezca una rutina para la hora de las tareas y los quehaceres. Le demostrará que usted confía en que él tiene la capacidad de hacer las cosas “chicas” por su cuenta, preparándolo así para abordar tareas más complejas más adelante.

Anime a su hijo a estar atento, alerta mientras esté en línea



Lo más probable es que su hijo tenga por lo menos un perfil social flotando por allí, en el espacio cibernético. Le ha dicho que no use su nombre verdadero, su dirección, número de teléfono o que publique cualquier fotografía bochornosa.

Pero verifique que su hijo sepa:

- **Cómo usar las configuraciones** de privacidad en el sitio Internet. La gran mayoría de los sitios de contacto social les permiten a los usuarios limitar quién tiene acceso a ellos. Algunos sitios tienen una configuración de “bloqueo” que restringe el acceso a determinadas personas.
- **Que no debe responder** a mensajes de personas que no conozca. Incluso si alguien le dice que es amigo de un amigo, no debería comunicarse con esa persona hasta que pueda

verificar su identidad.

- **Que debe comunicarle** a usted si alguien que no conoce le manda mensajes constantemente. Usted puede quejarse de acoso cibernético al administrador del sitio o incluso a la policía. Pídale a su hijo que mantenga un registro de todos los mensajes y las fechas en que se enviaron.

Fuente: Valencia Cunningham and Crystal Garcia, editors, “When a Cyberstalker Invades Your Life,” Teen Voices Online, www.teenvoices.com/issue_current/articles/august_09_stalker.html.

“Al final del día, la clave determinante para que los niños tengan éxito es la participación positiva de los padres.”

—Jane D. Hull

Cuando se trata de matemáticas, la práctica sí hace al maestro



La matemática es una de las materias más útiles que su hijo tomará en la escuela, y una de las más difíciles. Lamentablemente, no existe un “secreto mágico” que ayudará a su hijo a rendir bien en matemáticas. Es necesario trabajar mucho; aún hasta los mejores estudiantes de matemáticas estudian todos los días.

Dele estos consejos a su hijo para estudiar matemáticas:

- **Tome apuntes en clase**, y repáselos por la noche. Anote cualquier pregunta que tenga y hágasela al maestro al día siguiente.
- **Haga las tareas** todos los días. No empiece a hacer la tarea media hora antes de que comience la clase.
- **Guarde cualquier prueba** o tarea vieja. Lo ayudarán a recordar los pasos que dio para resolver cada

problema, y lo más probable es que el examen tenga unos similares.

- **Resuelva problemas de práctica.** Búsquelos en el libro y pídale al maestro una prueba de práctica que podría usar para estudiar.
- **Forme un grupo de estudio.** Es posible que un amigo sepa lo que usted no sabe. No se olvide de mantenerse concentrado en la matemática.
- **No tenga miedo** de hacer preguntas en la clase. Si no está seguro cómo resolver un problema, es probable que otros chicos también estén en la misma situación.
- **Evite faltar a clase.** El aprendizaje, sobre todo en la matemática, es acumulativo. Si se atrasa, pida ayuda inmediatamente.

Fuente: “Study Tips from Actual Students,” ETSU Developmental Studies, www.etsu.edu/advisement/devstudy/studytips.jsp.

¿Puede usted ayudar a su hijo a tratar con un maestro difícil?



Tarde o temprano, todos los estudiantes tienen que vérselas con un maestro difícil. ¿Está usted ayudando a su hijo a lidiar con este problema?

Esto lo preparará para abordar situaciones similares que se le presenten en el futuro. Responda *sí* o *no* a las preguntas a continuación para averiguarlo:

1. **¿Le ha recordado usted** a su hijo que en la vida le tocará lidiar con personas difíciles?
2. **¿Ha hablado con su adolescente** de los objetivos que se ha trazado para la clase? Si quiere sacarse una buena nota, tendrá que trabajar con ese maestro.
3. **¿Ha analizado con su hijo** las opciones que tiene para mejorar la relación?
4. **¿Le ha explicado usted a su joven** que la actitud del maestro no debería afectarle? Él continúa siendo un estudiante capaz y trabajador.
5. **¿Animará a su hijo** a hablar con su orientador si el problema continúa?

¿Cómo le fue?

Cada respuesta *sí* significa que usted está ayudando a su hijo a aprender a tratar con las personas difíciles que se nos cruzan por el camino. Por cada respuesta *no*, trate de probar la idea correspondiente en el cuestionario.

Escuela Secundaria
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-133x

Para obtener información llame o escribe 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 por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2010 NIS, Inc.

Editor: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritores: Kris Amundson y Jennifer McGovern.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Muéstrele a su hijo cómo estudiar contenido con amplitud y a fondo



En la escuela secundaria se espera que su hijo aborde un cierto tema de dos maneras. Algunos se cubren con mucha *amplitud*, mientras que otros deben aprenderse *a profundidad* o *a fondo*.

Estudiar algo *ampliamente* significa tener un vistazo general del tema. Específicamente, en Historia de los Estados Unidos, significa poder explicar por lo menos tres causas de la Guerra Civil y la Gran Depresión Económica. Para aprender ampliamente de un cierto tema:

- **Sólo se necesita una fuente** de referencia, como por ejemplo, un libro de texto. La meta es comprender el punto central o los acontecimientos salientes.
- **La clave es la memoria.** El estudiante debe comprender cómo encajan las cosas, y saber, por ejemplo, que Hemingway y Fitzgerald fueron autores que escribieron más o menos al mismo tiempo.

Estudiar *a fondo* significa aprender los detalles de un tema en particular:

por qué se considera que la batalla de Gettysburg, por ejemplo, fue un momento decisivo en la Guerra Civil. Por lo general, se concentra en un solo tema, y el objetivo es aprender tanto como sea posible al respecto. Para aprender a profundidad:

- **Consulte varias fuentes** de información. El estudiante debería comprender varios puntos de vista diferente y luego sacar sus propias conclusiones.
- **La clave es el análisis.** Un estudiante debería hacer preguntas: ¿Por qué ocurrió esto? ¿Cuál podría haber sido un resultado diferente?

Los estudios revelan que los estudiantes que aprenden de un tema con mayor profundidad por lo general están en una mejor posición cuando llegan a la universidad. Si su hijo no deja de hablar de la última lección de química, anímelo a investigar más sobre el tema.

Fuente: Rebecca P. Arrington, "Study Finds That Students Benefit From Depth, Rather Than Breadth, in High School Science Courses," UVA Today, www.virginia.edu/uvatoday/newsRelease.php?id=7912.

Enséñele a su hijo a crear una 'isla del estudio' para rendir bien



Hoy en día, los jóvenes parecen no concentrarse en una cosa a la vez. Envían mensajes de texto mientras leen el libro de historia. Miran la tele mientras escriben la composición de inglés.

Y nada de lo que hacen les sale bien. Los estudios revelan que el cerebro sólo puede concentrarse en una cosa a la vez. Pues entonces, una de las mejores maneras de ayudar a su hijo a rendir bien en la escuela es si crea una "isla para el estudio."

Debería ser un lugar tranquilo, un lugar donde pueda concentrarse en el estudio. Y debería estar separado del

resto del mundo. Eso significa, nada de teléfono, mensajes de texto o tele. Y también significa usar la Internet sólo para cosas relacionadas con el estudio.

Pídale a su hijo que pruebe este sistema un par de semanas. Lleve cuenta del tiempo que le toma terminar sus tareas. Además, fíjese en las notas que reciba.

En poco tiempo, empezará a darse cuenta de la diferencia. Cuando estudie en esta "isla para el estudio" sus notas subirán.

Fuente: Lawrence J. Greene, Study Max: Improving Study Skills in Grades 9–12, ISBN: 1-41290-468-4 (Corwin Press, a SAGE Company, www.corwinpress.com).

P: ¡Mi hija me dice que se muere de sueño en su clase de inglés! Es su primera clase del día y dice que la combinación del tema, que no es uno de sus favoritos, y la hora, tan temprano por la mañana, simplemente la noquea. ¿Qué puedo hacer?

Preguntas y respuestas

R: Los estudios revelan que la mayoría de los adolescentes, por lo general, no funcionan bien por las mañanas. Pero así y todo, tienen que levantarse e ir a la escuela.

Dormirse en la clase es un problema. Primero, su hija se pierde mucho de lo que dice la maestra. Si ya tiene problemas con el inglés, esto simplemente empeorará la situación.

Además, está afectando negativamente su relación con la maestra. Si le pide ayuda adicional, tal vez ella se pregunte por qué no prestó atención la primera vez que enseñó la materia.

Pues entonces, trabaje con su adolescente para que encuentre algún modo de mantenerse despierta durante la clase. Le damos dos ideas:

1. Aplique un horario para acostarse. No, con certeza que a su adolescente no le gustará. Pero mientras no pueda cumplir con sus responsabilidades en la mañana, simplemente tendrá que acatarlo.

Verifique que su hija comprenda que acostarse significa "dejar todo medio de comunicación." No deje que ponga su teléfono en el dormitorio para recargarlo, pues se quedará despierta toda la noche mandando mensajes de texto.

Apague la tele y la computadora.
2. Anímela a hacer algunos cambios en la clase. Pídale que hable con la maestra y solicite un asiento en las filas de adelante.

La combinación de más horas de sueño y un poquito más de concentración debería ser suficiente para mantener a su hija despierta durante todas sus clases, incluso aquellas que son temprano por la mañana.

—Kristen Amundson,
The Parent Institute

Enfoque: El equipo hogar-escuela

Visite el sitio Internet de su escuela para recabar información



Usted estará de viaje la noche del concierto de la banda. Pero tal vez no se lo pierda, después de todo. Hoy en día,

muchas escuelas transmiten muchas de sus actividades en línea, a través del Internet.

Estas son algunas de las cosas que usted puede averiguar si visita los sitios de algunas de las escuelas del país. Usted podrá:

- **Escuchar la clase** que el famoso autor les dictó a los chicos del undécimo grado.
- **Averiguar cuál es el menú** para el almuerzo.
- **Pagar el almuerzo.** Muchas escuelas permiten que los padres paguen el almuerzo y que realicen pagos por cualquier otro cargo especial en línea.
- **Ver qué es lo que su hijo** aprenderá en la clase de matemáticas. Muchas escuelas publican descripciones de los cursos que ofrecen.
- **Ver qué tareas se han asignado.** ¿Su hijo le ha dicho que no tiene tarea de historia esta noche? Visite el sitio Internet: muchos de los maestros anuncian las tareas a diario.
- **Averiguar cuál es el código** de vestir. Quiere ponerse esa camiseta que tiene un aviso publicitario de una cerveza. ¿Puede hacerlo? Un enlace en línea le permitirá averiguar lo que se permite y lo que no.
- **Leer el manual para los padres**, en caso que el suyo se haya quedado en el fondo de algún cajón.
- **Averiguar las fechas** de los exámenes de aptitud académica para la universidad. Muchas escuelas indican la fecha de la prueba y el plazo para inscribirse.
- **Revisar el calendario escolar** para ver qué días no habrá clases.

Hable con su hijo acerca de prepararse para la universidad

La mayoría de los estudiantes (y padres) creen que irán a la universidad después de graduarse. Pero a menudo, nadie tiene bien en claro qué es lo que los estudiantes tienen que hacer para estar preparados.

Un estudio reveló que sólo un estudiante de cada ocho tenía idea de los cursos que debía tomar para triunfar en la escuela. Muchos no sabían que *todas* las calificaciones cuentan, y que las universidades en algunos casos se fijan en las notas del octavo grado.

Todo esto significa que algunos estudiantes llegan al último año de secundaria y descubren que no pueden ingresar en la universidad. O que tendrán que tomar clases de nivelación una vez lleguen a la universidad. ¿Qué puede hacer usted?

- **No espere** hasta que su hijo llegue al último año de secundaria. Averigüe qué clases necesita para ingresar en la universidad. Hable con el orientador de la escuela.



- **Participe.** Verifique que su hijo se haya inscrito en la clase apropiada. Tal vez no quiera tomar esa clase adicional de matemáticas, pero hacerlo tendrá un impacto muy grande en su futuro.
- **Manténgase en contacto** con la escuela. Cerciórese de que los maestros y orientadores de su hijo sepan qué metas se ha trazado.

Fuente: Jennifer Dounay, "Involving Families in High School and College Expectations," Education Commission of the States, www.ecs.org/clearinghouse/70/37/7037.htm.

Los problemas de vista pueden llevar a problemas en la escuela



Si su hijo está teniendo problemas en la escuela, tal vez radiquen en la vista. Los estudios revelan que uno de cada cuatro estudiantes tiene problemas de la vista. En algunos casos, pueden ser tan serios que no llegan a leer lo que está escrito en la pizarra. O tal vez les resulte difícil ver de cerca para leer.

No todas las escuelas controlan la vista de los estudiantes. Y es posible que los chicos no sepan que sus problemas académicos se deben a que tienen mala vista.

Estas son algunas de las señales de un problema de vista:

- **Entrecierra los ojos.** Los chicos que no pueden ver bien, muchas veces entrecierran los ojos para mejorar la vista.
- **Tiene dolores de cabeza.** Los estudiantes que se esfuerzan para leer la pizarra o sus libros podrían sentir dolores de cabeza.
- **Pone el libro** muy cerca de los ojos. Si usted observa alguno de estos síntomas, pídale a su médico un control de la vista. Unos lentes podrían mejorar la vista de su hijo, y también sus calificaciones.

Fuente: "Vision Problems Linked to Poor Grades," Teacher Magazine, www.teachermagazine.org/tm/articles/2009/08/26/badvisionbadgrades_ap.html.