

BOLETÍN PARA PADRES DE ESTUDIANTES DE ESCUELA INTERMEDIA

CONSEJOS, IDEAS Y ASESORAMIENTO PARA PADRES DE ESTUDIANTES DE ESCUELA INTERMEDIA

TEMAS DE CONVERSACIÓN

A continuación se presentan algunas preguntas para hacer a su hijo este mes.

- ▶ ¿Quién es tu maestro favorito ahora?
- ▶ ¿Entiendes lo que significan las palabras “presión por parte de los compañeros”?
- ▶ ¿Qué quieres ser cuando seas grande?
- ▶ ¿Cuáles tres palabras usarías para describir a tu maestro?



APOYO DE TRANSICIONES EXITOSAS

¡Ha llegado la primavera! Y el cambio de invierno a primavera no es la única transición en la que usted y su familia debieran estar pensando. Con la terminación del año escolar en el próximo par de meses, ahora es un buen momento para comenzar el proceso de apoyar la transición de su hijo al siguiente grado.

- ▶ Esté al tanto de cómo le está yendo a su hijo en todas las materias y clases. Si no está seguro o si no ha visto un reporte de progreso o boleta de calificaciones reciente, póngase en contacto con la escuela.
- ▶ Si su hijo está haciendo la transición a un nuevo edificio escolar, comience a obtener información acerca de la nueva escuela. Visiten el sitio web juntos, vean fotos y consulten el calendario escolar.
- ▶ Incluso si su hijo no va a hacer una transición a una nueva escuela el próximo año, es normal un poco de nerviosismo, o incluso tristeza por dejar atrás a los maestros y compañeros de clase de este año. Asegure a su hijo que él/ella se divertirá igual el próximo año, estará con muchos de los mismos amigos, y tendrá también la oportunidad de hacer nuevos amigos.

¡HABLE AL RESPECTO!

Pregunte a su hijo cuáles han sido sus partes favoritas de este año escolar hasta ahora. También hablen sobre las cosas más geniales que ha aprendido y los amigos que ha hecho.

APOYO A LECTORES REACIOS

La lectura es una parte crucial del éxito académico. Sin embargo, no todos los estudiantes son buenos lectores, o no a todos les gusta leer. Si su hijo no es un lector entusiasta, usted puede ayudar como sigue:

- ▶ Muestre a su hijo que leer es una manera de perseguir intereses personales. Lleve regularmente a su hijo a la biblioteca para ayudarlo a encontrar libros sobre temas que le interesen.
- ▶ Tenga tiempo de lectura familiar: 20 minutos durante los cuales toda la familia lea algo de interés: libros, revistas, cómics, etc.
- ▶ Lean un libro juntos. Túrnense para leer al terminar páginas o capítulos.

APRENDIZAJE ACTIVO TODOS LOS DÍAS

El aprendizaje activo es aquel que hace participar a un niño en el proceso de aprendizaje (p. ej., exploración de intereses personales, resolución de problemas, formulación y respuesta de preguntas).

El consejo de este mes para aprendizaje activo es que exploren actividades al aire libre. A medida que el clima se hace más caluroso, ahora es un excelente momento para explorar los cambios que están ocurriendo en la naturaleza.

- ▶ Vayan a pasear al campo e indiquen los signos de la primavera que vean.
- ▶ Por la noche, salgan a ver las estrellas e intenten encontrar constelaciones. Si pueden, también señalen planetas.
- ▶ Planten algo. Vayan a un centro de jardinería o a una tienda de césped y jardinería, y deje que su hijo escoja cualquier cosa que le gustaría plantar; anímelo a cuidar la planta durante esta primavera y verano.

FOMENTE LA CONCENTRACIÓN

Cuando su hijo esté trabajando en la tarea escolar, elimine tantas distracciones como sea posible; apague el televisor y haga que mientras él/ella hace la tarea escolar haya silencio en su hogar.

MANTENERSE EN BUEN CAMINO CON LA TAREA ESCOLAR

En esta época del año, es común que muchos estudiantes comiencen a tener la mirada puesta en el final del año, y esto a menudo significa que dejen de prestar la atención debida a la tarea escolar.

- ▶ Ponga particular atención para asegurarse de que su hijo no haga la tarea escolar apresuradamente, y de que siempre la complete en su totalidad.
- ▶ Continúe revisando para asegurarse de que toda la tarea escolar se haga correctamente y a tiempo. Toda la tarea escolar (incluso el trabajo hacia el final del año) es importante.



CÓMO MANEJAR LOS SENTIMIENTOS HERIDOS

Las relaciones con los compañeros a veces pueden ser difíciles para los niños que asisten a la escuela intermedia. Las amistades y las alianzas entre compañeros a menudo cambian como resultado de magnitudes de madurez variables e intereses cambiantes. El cambio de relaciones, o el fin de amistades, puede ser doloroso, en especial para el niño que no inició el cambio.

A continuación se presentan maneras en que usted puede ayudar a su hijo a lidiar con los sentimientos heridos.

- ▶ Anime a su hijo a hablar sobre lo que sucedió y sobre cómo se siente. Escúchelo, apóyelo, y reconozca que los sentimientos de su hijo son válidos.
- ▶ Ayude a su hijo a afrontar sus sentimientos y mantener las cosas en perspectiva. Por ejemplo, si su hijo dice que él/ella se siente mal porque un amigo no quiere ser su compañero para una tarea de clase, usted podría hablar acerca de las cosas que usted ve que hacen de su hijo una persona divertida y agradable. Usted también podría asegurar a su hijo que las cosas probablemente serán mejores mañana.
- ▶ Los altibajos sociales afectan menos a los niños que tienen una buena autoimagen. Ayude a su hijo a desarrollar sus talentos e intereses, y busque maneras de desarrollar su autoestima y su confianza en sí mismo.



HABLEN SOBRE LA PRESIÓN POR PARTE DE LOS COMPAÑEROS

Los estudiantes de intermedia a menudo luchan por independizarse de sus padres, mientras buscan la aceptación grupal por parte de sus compañeros.

Las relaciones con los compañeros a menudo son muy importantes para los estudiantes de intermedia, y su hijo podría comenzar a sentir la presión por integrarse. En algún momento, su hijo quizá se sienta tentado a hacer algo que sepa que no está bien (p. ej., ser malo con otro estudiante, hacer algo que no tiene permitido hacer, o incluso participar en una conducta arriesgada).

- ▶ Hable sobre la presión por parte de compañeros y aliente a su hijo a escuchar esa voz interior que le dice lo que está bien y lo que está mal.
- ▶ Practique con su hijo varias maneras de decir “no” a algo que no quiera hacer; recuérdle que él/ella siempre tiene una opción, y que nunca tiene que cambiar para caerle bien a los demás.

DESAFÍO MENSUAL

Enseñe habilidades sociales

Muestre a su hijo cómo darse la mano y animelo a que mire a las personas a los ojos cuando hable con ellas.

“No siempre podemos construir el futuro para nuestros jóvenes...pero podemos preparar a nuestros jóvenes para el futuro”. Franklin D. Roosevelt

EL RINCÓN DE LA CARRERA

Céntrese en las carreras de negocios. Comente los diferentes tipos de carreras de negocios (vendedor, gerente de tienda, servicio al cliente, propietario de una empresa). Hable acerca de cómo las personas en estas carreras usan el inglés y las matemáticas en sus empleos, y comente qué rasgos se necesitan para tener éxito en los negocios.

ESTABLECIMIENTO DE VÍNCULOS CON SU HIJO

¡Un fuerte vínculo parental es clave para el éxito de los estudiantes!

Hable con su hijo

- ▶ Hable con su hijo acerca de la persona que usted más admira, y por qué. Asimismo, pida a su hijo que hable acerca de alguien a quien él/ella admire.

Pasen tiempo juntos

- ▶ Den una caminata para buscar cosas. Hagan una lista de las cosas que deben buscar (p. ej., una ardilla, una flor silvestre amarilla, un petirrojo, árbol caído, insecto grande).
- ▶ Hagan palomitas de maíz y tengan una noche de juego familiar.

CUESTIONES DE CARÁCTER: JUSTICIA

La mayoría de los estudiantes de escuela intermedia comprende, y le preocupa, el concepto de “equidad”, a menudo en lo que respecta a cómo son tratados en comparación con otros niños.

Comenten la importancia de la justicia. Por ejemplo, podría pedir a su hijo que le cuente sobre un momento en que se sintió tratado injustamente y cómo lo hizo sentir eso. También pida a su hijo que hable sobre un momento en que él/ella trató injustamente a otra persona, y cómo debe haberse sentido esa persona.

PIENSE AL RESPECTO: HÁBITOS SALUDABLES

Nunca es demasiado temprano para que su hijo desarrolle hábitos saludables. Piense en lo que sigue en relación con su hijo:

- ▶ ¿Su hijo está durmiendo las 9 a 12 horas que se recomiendan por noche?
- ▶ ¿Su hijo tiene hábitos de alimentación saludables?
- ▶ ¿Hace actividades al aire libre con su hijo, como ir de excursión, jugar deportes o dar caminatas?
- ▶ ¿Su hijo realiza actividades físicas divertidas con regularidad?

Si respondió “no” a cualquiera de las preguntas anteriores, no se preocupe; trabaje en pequeños cambios diarios para integrar hábitos más saludables en la vida de su hijo.

Establezca una regla de no tecnología una hora antes de acostarse, de modo que le resulte más fácil a su hijo conciliar el sueño. Tenga disponibles alimentos y refrigerios nutritivos, y busque maneras de involucrar a su hijo en actividades físicas. Salgan a dar un paseo familiar corto en las tardes calurosas o pongan música y organicen un baile.

