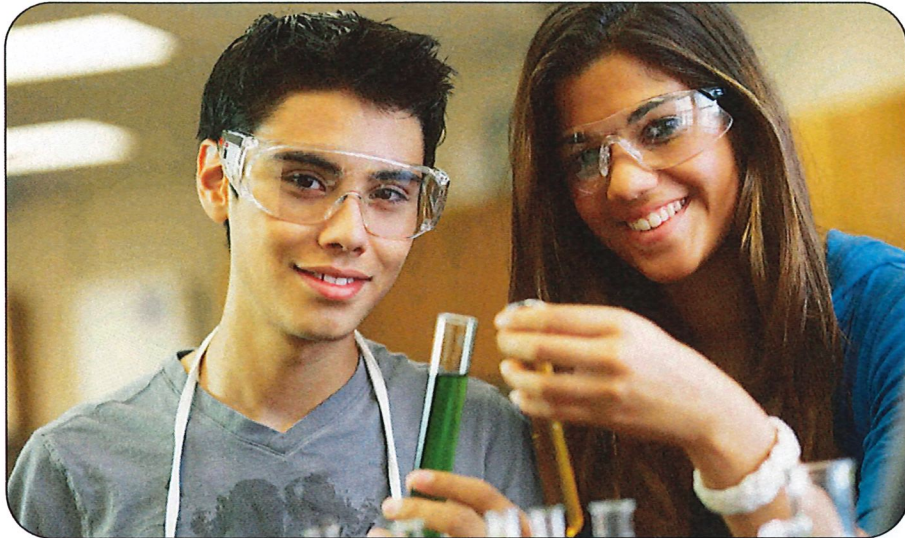


# Middle School Parents<sup>®</sup>

January 2024  
Vol. 27, No. 5

Wilkes-Barre Area School District  
Title I Federal Programs

*still make the difference!*



## Inspire your middle schooler's interest in science and math

Science and math sometimes get a bad reputation among students. Many believe they're "just not good" in these subjects.

However, when middle school students engage in activities related to science, technology, engineering and math (the STEM subjects), they often change their minds.

If your middle schooler thinks science or math is too challenging:

- **Enjoy science and technology** media together. Search on YouTube or Common Sense Media to find science shows and games for kids of all ages.
- **Head to the kitchen.** Cooking involves both math and chemistry. And you get to eat the results! As you cook together, ask your child questions, such as: "Why do you

think water boils when it gets hot?" "What happened when we forgot to add baking powder to the cookies?" "How much flour will we need if we double this recipe?"

- **Visit a natural history museum** or science center in person or online. Your child can look for STEM exhibits, learn about the history of technology and discover how things work.
- **Praise the process.** When your middle schooler is learning something new in a class, it's often hard at first. So rather than focusing on grades earned, talk about *what* your child is learning and the new skills your child is developing.

Source: M. Pinola, "How to Get Your Kids Interested in STEM (Without Forcing It on Them)," LifeHacker.

## Learn about the different types of peer pressure



Middle schoolers can be easily influenced by their peers—and that's not always a bad thing. Get to know the

types of peer pressure and learn how to respond to each.

Peer pressure can be:

- **Positive.** Your child's friends volunteer for a good cause. They want good grades on the next history project. They enjoy participating in fitness challenges. Your response: Encourage these activities. Compliment your child for hanging out with great people.
- **Neutral.** Your child copies a friend's hairstyle or way of dressing. Your response: Do nothing. Imitating friends' styles is an innocent and harmless behavior.
- **Negative.** Your child got caught helping a friend cheat. You find a vape hidden in a dresser drawer. Your response: Steer your child toward positive activities and keep your eyes open. Don't allow unsupervised hangouts with friends who spell trouble. Encourage friendships with more responsible peers. When your child earns back your trust, allow more freedom.



## Three strategies can help you motivate your middle schooler



What happened to your once-enthusiastic student? Adolescence! Suddenly, motivating your middle schooler to do just about anything can feel like pulling teeth.

Don't despair. To boost motivation:

- 1. Talk before your child plugs in.** It's tough dragging a child away from a favorite show or game. So, if there's something you need your child to do, ask *before* the TV or computer is turned on. Your child may be more compliant.
- 2. Stick to routines.** Routines are critical when it comes to keeping order at home. A child who knows exactly what times to feed the dog

and get ready for bed is less likely to procrastinate doing those things.

- 3. Support interests.** Ask what your middle schooler likes to do and support those activities. When kids feel supported doing something they love, they are more inspired to work hard at other things—like school!

**“Ability is what you’re capable of doing. Motivation determines what you do. Attitude determines how well you do it.”**

—Lou Holtz

## Don't let digital devices derail your middle schooler's studies



Sometimes it seems that middle schoolers are permanently attached to their phones, tablets and other devices. They text from the minute they wake up until they go to bed. They share funny videos and memes with their friends. They scroll through social media.

So it's no surprise that students often try to use their phones while they're doing schoolwork. But several research studies show that the more time students say that they text, use social media or surf online while they work, the lower their grades are.

Students often think their digital devices can help with their work. After all, they can watch a video about Jamestown while studying American history. They can check their answer to a math problem.

One big problem with this is that students seldom stay focused on the work they are doing. Pretty soon, they click from the history video to the latest viral TikTok. From then on, history is not their focus.

What can you do to help your child stay focused on work and avoid digital distraction? Here are some tips:

- **Talk about multitasking**—and how research shows it doesn't work. Students need to focus while studying or they won't learn.
- **Limit the use of devices during work times.** Studies show that the more time students spend multitasking, the longer their studies take. Have your child “park” the phone or tablet in a different room.

Source: K. Kowalski, “When Smartphones Go to School,” *Science News for Students*, Society for Science & the Public.

## Do you encourage your child to spend time reading?



Reading for pleasure helps students build valuable comprehension and vocabulary skills. But many middle schoolers say they just don't have time to read. Are you encouraging your child to make time for reading? Answer *yes* or *no* to the questions below to find out:

- 1. Do you keep** all types of reading material around the house? Include magazines, newspapers, books, manuals, catalogs—anything with words!
- 2. Do you visit** your local library regularly together and ask the librarian to suggest titles other middle schoolers are reading?
- 3. Do you link** reading to your child's interests by sharing books and articles related to those interests?
- 4. Do you set** a good example by reading in front of your child and talking about the things you read?
- 5. Do you have** a regular time for family reading?

### How well are you doing?

Mostly *yes* answers mean you are strongly encouraging your middle schooler to read. For *no* answers, try those ideas.

Middle School  
**Parents**  
*still make the difference!*

Practical Ideas for Parents  
to Help Their Children.

For subscription information call or write:  
The Parent Institute, 1-800-756-5525,  
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.  
Fax: 1-800-216-3667.

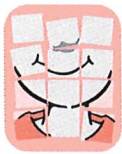
Or visit: [www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com).

Published monthly September through May.  
Copyright © 2024, The Parent Institute,  
a division of PaperClip Media, Inc.,  
an independent, private agency.  
Equal opportunity employer.

Publisher: Doris McLaughlin.  
Publisher Emeritus: John H. Wherry, Ed.D.  
Editor: Rebecca Hasty Miyares.



# Encourage your child to make these New Year resolutions



Middle schoolers start the school year with the best of intentions. But as the year goes on, things sometimes get off track.

Students begin missing assignments. They start waiting until the last minute to get things done.

Students this age often need a “reboot” in the middle of the school year. Making a few New Year’s resolutions is one way for your child to get back on the path to success.

Suggest that your child resolve to:

- **Get organized.** Let’s face it—middle schoolers are not always organized. Have your child use helpful tools to keep track of activities and school assignments—such as a calendar, sticky notes, to-do lists and an assignment notebook. Recommend your middle schooler clean out school notebooks regularly.

- **Set a schedule.** By January, many students have abandoned their schoolwork routines. Help your child reestablish a work time, and then make sure to enforce it. It won’t take long for it to become a habit.
- **Use time wisely.** Encourage your middle schooler to estimate how long tasks will take and then block out time for each task. Your child should prioritize tasks and complete the most important ones first. Also suggest your child take short study breaks to improve focus and retention.
- **Set a new goal.** Would your child like to raise a class grade? Ask what it will take to reach that goal. When students are clear about the steps they must take to reach a goal, it’s easier to make the choices that will help them achieve it!

## Preparation can reduce your middle schooler’s test anxiety



When students feel prepared for tests, they tend to be less nervous about them. Share these simple strategies with your child:

- **Don’t cram.** One frantic night of studying won’t pay off on test day. Instead, your student should begin preparing several days in advance. That way, if your child doesn’t understand something, there will be time to get help before the test.
- **Practice recalling information.** Are there practice tests in the book? Encourage your child to take them in preparation for the exam. If there aren’t any, see if you can help your child create a practice quiz by using class notes.
- **Ask for clarification.** If your child is unsure of what’s going to be covered on the test, suggest asking the teacher. Few things are scarier than the unknown. Having details about the test beforehand will boost your child’s confidence.
- **Try some relaxation techniques.** Calming exercises such as yoga, deep breathing and meditation can calm students’ nerves. Encourage your child to do these daily, and not just on test day.
- **Make healthy choices.** Encourage your middle schooler to get enough sleep every night (not just the night before a test). Recommend your child eat a nutritious breakfast in the morning, too.

**Q:** My child is in eighth grade. I’ve always tried to be involved with my student’s education. But frankly, I can’t help with a lot of schoolwork anymore. And my child doesn’t want me to come to school. Is there still a point to my being involved?

### Questions & Answers

**A:** You bet. Studies show that family engagement is just as important when kids are in middle school. In fact, engaging during these years can be even more important than it was when your student was younger.

You point out some of the challenges with staying engaged. Helping with difficult schoolwork is tough—especially in subjects that might not be your strongest. But you can support your student in many other important ways:

- **Make sure** your middle schooler sets and sticks to a regular time for studying. Falling behind by even one day can be costly.
- **Find quiet work** of your own to do nearby during study time. Your child will sense your support even if you can’t help with specific subjects.
- **Talk together** about what your child is learning and would like to learn more about. Help your student set specific learning goals.
- **Reach out** to your middle schooler’s teachers. Let them know that you want to support them and your child. Ask for specific ways you can support your child’s learning.
- **Get involved** with the school community. Meet the families of classmates. Join the parent-teacher organization and stay current on what is going on and how families can help.



# It Matters: Building Character

## Explore service opportunities with your child



Community service is enriching for middle schoolers because it helps them develop a sense of responsibility, empathy and social awareness. It also develops skills such as time management, organization and communication—skills that contribute to academic success.

Here are a few age-appropriate ideas for your middle schooler:

- **Collect canned foods** for a food bank or shelter that accepts food donations.
- **Offer tutoring** for a younger student in math or reading.
- **Collect personal essentials**, such as socks, toothbrushes, shampoo and soap, and donate them to a shelter.
- **Help a neighborhood family** by offering free dog-walking or snow removal services.
- **Make cards** for seniors in a retirement or assisted living communities to let them know they are loved. Or, visit a senior center and spend time talking to the residents.
- **Collect and send letters** of thanks to military personnel.
- **Organize a collection** of pet food, old towels and blankets for donation to an animal shelter.
- **Organize a book drive** for children in your neighborhood and spread the word on social media.
- **Organize a neighborhood clean-up** of local streets, sidewalks and public spaces.
- **Collect gently used clothing** and toys to donate to local shelters.

## Instill the character traits that support success in school & life

Children may be born with certain personality traits, but middle schoolers' characters are works in progress. In other words, the kind of person your child will eventually become is still being shaped.

To reinforce good character:

- **Talk about responsibility.** Give your child low-key prompts, such as: "I won't worry about reminding you to finish your schoolwork. I know you're responsible enough to do it on your own."
- **Promote a positive attitude.** Show your child how to find the bright side of disappointing situations.
- **Expect respect.** Encourage your child to use manners, show up



on time and listen to other's ideas and opinions.

- **Notice positive behavior.** When you see your child demonstrating good character, talk about it and offer praise!

## Discuss the importance of making decisions with integrity



It's important to talk with your child middle schooler about acting with integrity. While *morality* is the set of beliefs that help kids judge what's right and wrong, *integrity* is how they act on those beliefs. Students with integrity respect themselves and others. That makes them want to do the right thing—in school and in life.

It's great if your child believes in being honest. But what about when a friend asks for the answer to question 10 on the test? Choosing to say *no* in that instance reflects your child's integrity.

There are going to be times when children make decisions that they

know are wrong. Some experts say that kids can actually learn integrity during those times—they gain integrity by losing it. But that only works if someone helps them think through their choice afterward.

In that case, ask questions like:

- **What got in the way** of telling the truth?
- **Were you trying to impress** someone else?
- **Would you have acted differently** if you had been with a different group of people?

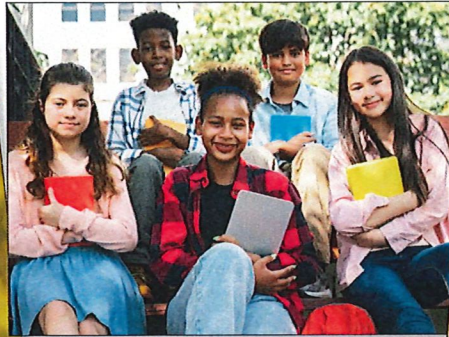
Make it clear that your child should admit the mistake and make amends. Explain that integrity is like a muscle. The more it is used, the stronger it will become.



# Daily Learning Planner

*Ideas families can use to help students  
do well in school*

Wilkes-Barre Area School District  
Title I Federal Programs



THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®

## January 2024

## Daily Learning Planner: Ideas Families Can Use to Help Students Do Well in School—Try a New Idea Every Day!

- 1. Help your child set and write down goals for the coming year. Set some goals for yourself, as well.
- 2. Ask your child to name a few favorite family activities from last year. Make a plan to do them again this year, if possible.
- 3. Share a poem. How does your child interpret it?
- 4. How many *homophones* (words that sound alike, but mean different things) can your child think of? For example, *course* and *coarse*.
- 5. Ask to hear about one thing your child is looking forward to right now.
- 6. Encourage your child to jot down unfamiliar words while reading to look up later.
- 7. Leave sports coaching to the coach. Sideline coaching from families is distracting and will embarrass your child.
- 8. Today, talk to your child as you would to a friend or coworker.
- 9. Discuss what life was like 25 years ago. What was the same? What was different?
- 10. Encourage your child to read during quiet times at home. Before bed is a perfect time to read.
- 11. Ask what your child likes most about this year's classes.
- 12. Have your child select and read a news article to you, then share an opinion about it. Listen, then share your opinion.
- 13. Plan to attend as many school events for families as possible in the rest of the school year.
- 14. Ask your child to figure out the average of something: family members' ages, number of pairs of socks owned by family members, etc.
- 15. Have your child write frequently-used, hard-to-spell words in alphabetical order in an old address book. They'll be easy to look up.
- 16. Play Math Jeopardy. Say a number. Can your child come up with a problem for which it is the answer?
- 17. Look for a CPR class to take with your child.
- 18. Think of *synonyms* for words with your child. For example, a synonym for tired is fatigued.
- 19. Ask, "What one thing do you wish our family would do differently at home?" Be open to your child's suggestion.
- 20. Take turns making statements with your child. Identify each one as either *fact* or *opinion*.
- 21. Get up early this morning and take a walk around your neighborhood with your child. Does it seem different early in the morning?
- 22. Tell your child a story that teaches an important lesson.
- 23. Ask family members to describe ways they used math today.
- 24. Teach your child to ask *who, what, when, where, why* and *how* when doing research.
- 25. Talk together about your child's plans for the day.
- 26. Ask what conditions make it easier for your child to do assignments. Knowing how they learn helps students do better.
- 27. Play a math fact game. Get a deck of cards. Each player turns over one card. The player who correctly multiplies the cards first wins them.
- 28. Discuss a controversial issue with your child. Ask, "What do you think?"
- 29. Work on a hobby with your child.
- 30. Name a location anywhere in the world. Take turns with your child telling one thing you would like to see there.
- 31. Make pizza as a family tonight. Get creative with toppings.

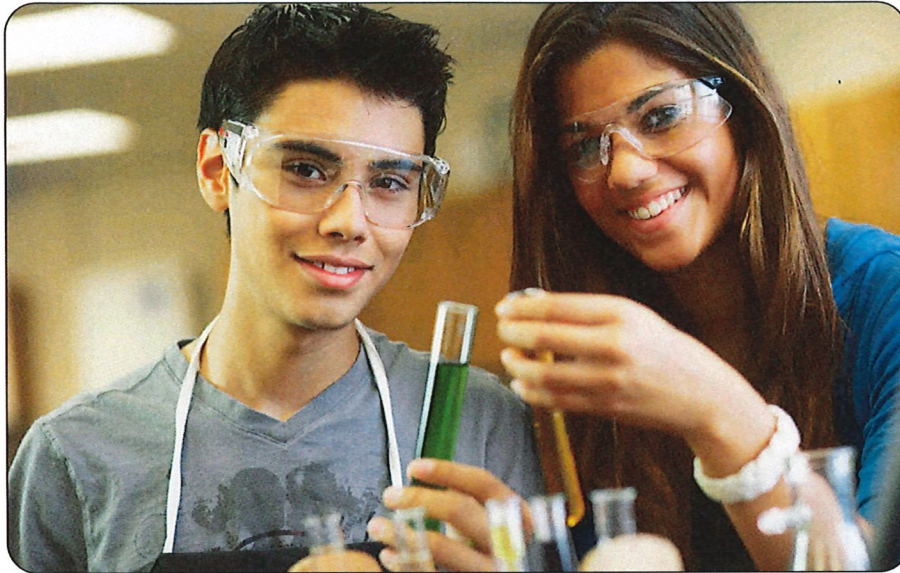


# Escuela Intermedia

# Los Padres™

Wilkes-Barre Area School District  
Title I Federal Programs

***¡aún hacen la diferencia!***



## Inspire el interés de su hijo por las ciencias y las matemáticas

A veces, las ciencias y las matemáticas tienen una mala reputación entre los estudiantes. Muchos creen que “no son buenos” en esas materias.

Sin embargo, cuando los estudiantes participan en actividades relacionadas con la ciencia, la tecnología, la ingeniería y las matemáticas (las materias CTIM), suelen cambiar de parecer.

Si su hijo piensa que las ciencias o las matemáticas son demasiado difíciles:

- **Disfruten de recursos en medios** sobre ciencias y tecnología. Busque programas y juegos sobre ciencias para niños de todas las edades en YouTube o Common Sense Media.
- **Diríjense a la cocina.** Cocinar implica usar tanto las matemáticas como la química. ¡Y pueden comer el resultado! Mientras cocinan juntos, hágale a su hijo preguntas como las siguientes: “¿Por qué crees que

el agua hierve cuando se calienta?” “¿Qué sucedió cuando nos olvidamos de añadirles polvo de hornear a las galletas?” “¿Cuánta harina necesitamos para duplicar esta receta?”

- **Visiten un museo** de ciencias naturales o un centro de ciencias de manera presencial o virtual. Su hijo puede buscar exhibiciones sobre CTIM, aprender sobre la historia de la tecnología y descubrir cómo funcionan las cosas.
- **Señale el valor del proceso.** Cuando su hijo está aprendiendo algo nuevo en una clase, suele ser difícil al principio. Por lo tanto, en lugar de centrarse en las calificaciones que obtuvo, hablen sobre *qué* está aprendiendo su hijo y las nuevas habilidades que está desarrollando.

Fuente: M. Pinola, “How to Get Your Kids Interested in STEM (Without Forcing It on Them),” LifeHacker.

## Hay distintos tipos de presión de los compañeros



Los estudiantes de intermedia suelen verse influenciados fácilmente por sus compañeros, y eso no siempre es malo.

Conozca los tipos de presión que ejercen los compañeros y cómo responder a cada uno.

La presión de los compañeros puede ser:

- **Positiva.** Los amigos de su hijo ayudan como voluntarios por una buena causa. Quieren obtener buenas calificaciones en el próximo proyecto de historia. Disfrutan de participar de retos deportivos. Su respuesta: fomente estas actividades. Felicite a su hijo por pasar tiempo con personas maravillosas.
- **Neutral.** Su hijo copia el peinado o la forma de vestirse de un amigo. Su respuesta: no haga nada. Imitar el estilo de los amigos es un comportamiento inocente e inofensivo.
- **Negativa.** Descubrieron a su hijo ayudando a un amigo a copiarse. Encuentra un vapeador escondido en un cajón de la cómoda. Su respuesta: guíe a su hijo hacia actividades positivas y mantenga los ojos abiertos. No le permita juntarse con amigos que son sinónimo de problemas sin supervisión. Fomente las amistades con compañeros más responsables. Cuando su hijo vuelva a ganarse su confianza, dele más libertad.



## Tres estrategias que pueden ayudar a motivar a su estudiante



¿Qué le sucedió a aquel estudiante que solía estar entusiasmado? La adolescencia. De repente, motivar a su hijo a hacer cualquier cosa es un dolor de cabeza.

No se desespere. Para aumentar la motivación:

- Hable antes de que su hijo se conecte con otra actividad.** Es difícil alejar a un niño de su programa o juego favorito. Por lo tanto, si hay algo que necesite que su hijo haga, pídale *antes* de que encienda el televisor o la computadora. Posiblemente su hijo sea más obediente en ese momento.
- Siga las rutinas.** Las rutinas son esenciales para el orden en el hogar. Es menos probable que un niño que

sabe exactamente a qué hora darle de comer al perro y prepararse para ir a dormir procrastine al hacerlo.

- Apoye sus intereses.** Pregúntele a su hijo qué le agrada hacer y apoye esas actividades. Cuando los niños se sienten apoyados al hacer las cosas que les agradan, se sienten más inspirados para esforzarse en otras cosas, ¡como la escuela!

**“La capacidad es lo que eres capaz de hacer. La motivación determina lo que haces. La actitud determina qué tan bien lo haces”.**

—Lou Holtz

## No deje que los dispositivos digitales descarrilen el estudio de su hijo



A veces, los estudiantes de intermedia parecen estar permanentemente pegados a sus teléfonos, tabletas y otros dispositivos digitales.

Envían mensajes de texto desde el minuto en el que se levantan hasta que se van a dormir. Comparten videos divertidos y memes con sus amigos. Miran las redes sociales.

Por lo tanto, no es ninguna sorpresa que a menudo los estudiantes usen el teléfono mientras hacen la tarea. Pero varios estudios revelan que cuanto más tiempo dicen los estudiantes que le dedican a enviar mensajes de texto, usar las redes sociales o navegar en internet mientras trabajan, más bajas son sus calificaciones.

Muchas veces, los estudiantes piensan que sus aparatos digitales pueden ayudarlos con el trabajo. Después de todo, pueden ver un video sobre Jamestown mientras estudian sobre la historia de los Estados Unidos. Pueden comprobar la respuesta de un problema de matemáticas.

Uno de los grandes problemas relacionados con esto es que los estudiantes rara vez se concentran en el trabajo que están haciendo. En seguida pasan del video de historia al último TikTok viral, y dejan de estar enfocados en historia.

¿Qué puede hacer para ayudar a su hijo a mantenerse concentrado en el trabajo y evitar las distracciones digitales? Estos son algunos consejos:

- **Hable con su hijo** sobre hacer muchas tareas en simultáneo y cómo las investigaciones muestran que no funciona. Para que los estudiantes aprendan, es necesario que se concentren mientras estudian.
- **Limite el uso de dispositivos digitales** durante las horas de trabajo. Los estudios revelan que cuanto más tiempo le dediquen los estudiantes a hacer tareas en simultáneo, más tiempo tardarán en estudiar. Pídale a su hijo que “aparque” el teléfono o la tableta en una habitación distinta.

**Fuente:** K. Kowalski, “When Smartphones Go to School,” *Science News for Students*, Society for Science & the Public.

## ¿Anima a su hijo a dedicarle tiempo a la lectura?



Leer por placer ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades de comprensión y vocabulario valiosas. Pero muchos escolares

de intermedia simplemente dicen que no tienen tiempo para leer. ¿Está animando a su hijo a tomarse tiempo para leer? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Tiene** distintos tipos de material de lectura en casa? Incluya revistas, periódicos, libros, manuales, catálogos o cualquier cosa que tenga palabras.
2. **¿Van** a la biblioteca local juntos con frecuencia y le piden al bibliotecario que sugiera libros que estén leyendo otros escolares de intermedia?
3. **¿Relaciona** la lectura con los intereses de su hijo, y comparte libros y artículos relacionados con esos intereses?
4. **¿Da** un buen ejemplo leyendo frente a su hijo y hablando sobre las cosas que lee?
5. **¿Tiene** un horario fijo de lectura familiar?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está animando fervientemente a su hijo de intermedia a leer. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas del cuestionario.

Escuela Intermedia  
**Los Padres**  
*¡aún hacen la diferencia!*

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2024, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada.

Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.



# Anime a su hijo a establecer estos propósitos de Año Nuevo



Los estudiantes comienzan el año escolar con las mejores intenciones. Pero a medida que pasa el año, a veces las cosas se descarrilan. Los estudiantes comienzan a saltarse trabajos. Esperan hasta último momento para hacer las cosas.

Los estudiantes de esta edad suelen necesitar “reiniciar el sistema” a mitad del año escolar. Establecer algunos propósitos de Año Nuevo es una de las maneras en las que su hijo puede volver a encaminarse para alcanzar el éxito.

Sugíerale que se proponga:

- **Organizarse.** Seamos realistas: los estudiantes de intermedia no siempre son organizados. Pídale a su hijo use herramientas útiles para hacer un seguimiento de las actividades y los trabajos escolares, como un calendario, notas adhesivas, listas de tareas pendientes y un cuaderno de trabajos. Recomiéndele que ordene los cuadernos periódicamente.

- **Armar un cronograma.** Cuando llega enero, muchos estudiantes han abandonado sus rutinas escolares. Ayude a su hijo a volver a establecer un horario de trabajo y asegúrese de que se cumpla. No tardará mucho en convertirse en un hábito.
- **Usar el tiempo sabiamente.** Anime a su hijo a estimar cuánto llevarán las tareas largas y reservar tiempo para cada tarea. Su hijo debería priorizar tareas y completar las más importantes primero. También sugíerale que se tome descansos breves durante el estudio para mejorar la concentración y la retención.
- **Establecer una meta nueva.** ¿Su hijo quiere mejorar la calificación de una clase? Pregúntele qué necesitará hacer para alcanzar esa meta. Cuando los estudiantes tienen claros los pasos que deben seguir para alcanzar una meta, es más fácil que tomen decisiones que los ayudarán a alcanzarla.

## La preparación puede reducir los nervios durante los exámenes



Cuando los estudiantes se sienten preparados para los exámenes, suelen estar menos nerviosos al respecto. Comparta con su hijo estas estrategias simples:

- **No dejar el estudio** para último momento. Una noche frenética de estudio no dará buenos resultados en el día del examen. En su lugar, su estudiante debería comenzar a prepararse con varios días de anticipación. De esa manera, si su hijo no comprende algo, habrá tiempo para conseguir ayuda antes del examen.
- **Practicar recordar información.** ¿Hay exámenes de práctica en el libro? Anime a su hijo a hacerlos para prepararse para el examen. Si no hay exámenes de práctica, vea si puede ayudarlo a crear un cuestionario a partir de sus apuntes de la clase.
- **Pedir aclaraciones.** Si su hijo no está seguro de qué temas entrarán en el examen, sugíerale que le pregunte al maestro. Pocas cosas dan más miedo que lo desconocido. Tener detalles sobre el examen de antemano mejorará la confianza de su hijo.
- **Probar algunas técnicas** de relajación. Los ejercicios relajantes como el yoga, la respiración profunda y la meditación pueden calmar los nervios de los estudiantes. Anime a su hijo a ponerlos en práctica a diario y no solo el día del examen.
- **Tomar decisiones saludables.** Anime a su escolar de intermedia a dormir lo suficiente todas las noches (no solamente la noche anterior a un examen). Sugíerale también que tome un desayuno nutritivo por la mañana.

**P:** Mi hijo está en octavo grado. Siempre traté de participar en su educación, pero sinceramente ya no puedo ayudar con gran parte del trabajo escolar. Y mi hijo no quiere que vaya a la escuela. ¿Todavía tiene sentido que yo participe?

### Preguntas y respuestas

**R:** Claro que sí. Los estudios revelan que la participación de la familia sigue siendo importante cuando los niños están en la escuela intermedia. De hecho, participar durante estos años puede ser incluso más importante que cuando su estudiante era más pequeño.

Usted ha señalado algunas de las dificultades para mantenerse involucrado. Ayudar con el trabajo escolar difícil es complicado, especialmente en materias que no son su punto fuerte. Pero puede ayudar a su hijo de muchas otras maneras importantes:

- **Asegúrese de que su hijo** establezca un horario de estudio fijo y de que lo cumpla. Atrasarse incluso un día puede implicar costos.
- **Busque trabajo tranquilo** para hacer cerca durante el tiempo de estudio. Su hijo sentirá su apoyo incluso si usted no puede ayudarlo con materias específicas.
- **Hablen sobre lo que está** aprendiendo su hijo y sobre lo que le agrada aprender más. Ayude a su estudiante a establecer metas de aprendizaje específicas.
- **Póngase en contacto con** los maestros de su escolar de intermedia. Hágales saber que quiere apoyarlos a ellos y a su hijo. Pregunte sobre maneras específicas de ayudar a su hijo a aprender en casa.
- **Involúcrese en la comunidad** escolar. Conozca a las familias de los compañeros de clase de su hijo. Únase a la asociación de padres y maestros y manténgase actualizado sobre los sucesos y cómo pueden ayudar las familias.



# Enfoque: valores positivos

## Explore las oportunidades de servicio con su hijo



El servicio comunitario es enriquecedor para los escolares de intermedia porque los ayuda a desarrollar un sentido de la responsabilidad, empatía y conciencia social. También permite desarrollar habilidades como la administración del tiempo, la organización y la comunicación, que son habilidades que contribuyen al éxito escolar.

Estas son algunas ideas excelentes para su escolar de intermedia:

- **Juntar alimentos** enlatados para un banco de alimentos o un refugio que acepte donaciones de comida.
- **Ofrecer tutorías** de matemáticas o lectura a estudiantes más pequeños.
- **Juntar artículos personales** esenciales, como calcetines, cepillos de dientes, champú y jabón, y donarlos a un refugio.
- **Ayudar a una familia** de vecinos ofreciéndoles servicios gratuitos de paseo de perros o remoción de nieve.
- **Hacer tarjetas** para las personas mayores de una comunidad de jubilados o de una residencia para la tercera edad para que sepan que alguien los ama. O ir a un centro para personas mayores y pasar tiempo hablando con los residentes.
- **Juntar y enviar cartas** de agradecimiento al personal militar.
- **Organizar una recolección** de alimentos para mascotas, toallas y sábanas viejas para donarlas a un refugio de animales.
- **Organizar una colecta** de libros para los niños del vecindario y difundirla en redes.
- **Organizar una limpieza** de las calles locales, las aceras y los espacios públicos del vecindario.
- **Reunir prendas y juguetes** con poco uso para donarlos a refugios.

## Fomente valores que respaldan el éxito en la escuela y en la vida

Los niños nacen con ciertos rasgos de personalidad, pero el carácter de los escolares de intermedia está en etapa de desarrollo. El tipo de persona en la que se convertirá su hijo algún día aún se está formando.

Para fomentar un buen carácter:

- **Hable sobre la responsabilidad.** Dele a su hijo indicaciones simples, como: “No voy a preocuparme por recordarte que debes terminar el trabajo escolar. Sé que eres lo suficientemente responsable para hacerlo por tu cuenta”.
- **Promueva una actitud positiva.** Muéstrela a su hijo cómo ver el lado positivo de las situaciones decepcionantes.
- **Exija respeto.** Anime a su hijo a tener buenos modales, ser puntual



y escuchar las ideas y opiniones de otros.

- **Destaque sus actitudes positivas.** Cuando vea que su hijo demuestra buen carácter, hable sobre él ¡y felicítelo!

## Hablen sobre la importancia de tomar decisiones con integridad



Es importante hablar con su escolar de intermedia sobre actuar con integridad. La *moral* es el conjunto de creencias que ayudan a los niños a determinar qué está bien y qué está mal, y la *integridad* es cómo actúan respetando esas creencias. Los estudiantes con integridad se respetan a sí mismos y respetan a los demás. Eso los lleva a querer hacer las cosas bien en la escuela y en la vida.

Es bueno que su hijo diga que cree en la honestidad. Pero ¿qué sucede cuando un amigo le pide la respuesta de la pregunta 10 del examen? Decir *no* en esa instancia refleja la integridad de su hijo.

Habrán ocasiones en las que los niños tomarán decisiones que

saben que son equivocadas. Algunos expertos dicen que, en realidad, los niños pueden aprender sobre la integridad en esos momentos: incorporan la integridad al perderla. Pero eso solo funciona si luego alguien los ayuda a pensar en su decisión.

En ese caso, haga preguntas como las siguientes:

- **¿Qué fue lo que no te permitió decir la verdad?**
- **¿Estabas intentando** causarle una buena impresión a alguien?
- **¿Hubieses actuado** de una manera diferente si hubieses estado con otro grupo de personas?

Deje claro que su hijo debería admitir sus errores y repararlos. Explique que la integridad es un músculo. Cuanto más se use, más fuerte será.



# Planificador para el aprendizaje

*Ideas que las familias pueden usar para ayudar a los estudiantes a tener éxito en la escuela*

Wilkes-Barre Area School District  
Title I Federal Programs



THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®

## Enero 2024

**Planificador para el aprendizaje:** Ideas que las familias pueden usar para ayudar a los estudiantes a tener éxito en la escuela

- 1. Ayude a su hijo a trazarse metas para el próximo año y escribirlas. Establezca algunas metas usted, también.
- 2. Pídale a su hijo que nombre algunas actividades familiares favoritas del año pasado. Planifiquen repetir las este año, si es posible.
- 3. Lean juntos un poema. ¿Cómo lo interpreta su hijo?
- 4. ¿En cuántas palabras *homófonas* (palabras que suenan similar, pero tienen significados diferentes) puedes pensar? Por ejemplo, *cocer* y *coser*.
- 5. Pregúntele a su hijo qué es una cosa que ansía.
- 6. Anime a su hijo a anotar palabras desconocidas mientras lee y las busque en el diccionario más adelante.
- 7. Deje el entrenamiento deportivo en manos del entrenador. Dar indicaciones desde afuera del campo distraerá y avergonzará a su hijo.
- 8. Hoy, hable con su hijo como lo haría con un amigo o colega.
- 9. Hable de la vida hace 25 años. ¿Qué era igual? ¿Qué era diferente?
- 10. Anime a su hijo a leer en momentos tranquilos en casa. Antes de acostarse en un momento ideal para leer.
- 11. Pregúntele a su hijo qué le agrada más de sus clases este año.
- 12. Dígale a su hijo que seleccione artículos periodísticos y se los lea a usted. Luego opinen. Escuche a su hijo, y luego dé su opinión.
- 13. Planifique asistir a tantos acontecimientos escolares para familias como sea posible durante el resto del año escolar.
- 14. Dígale a su hijo que calcule el promedio de algo: las edades de cada uno en la familia, el número de pares de calcetines que tiene cada uno, etc.
- 15. Dígale a su hijo que escriba palabras difíciles de uso frecuente en orden alfabético en una libreta de direcciones viejas. Serán fáciles de buscar.
- 16. Juegue al Jeopardy Matemático. Diga un número. ¿Puede su hijo inventar un programa cuya respuesta sea ese número?
- 17. Busque una clase de RCP para tomar con su hijo.
- 18. Piense *sinónimos* de las palabras con su hijo. Por ejemplo, un sinónimo para cansancio es fatiga.
- 19. Pregunte, "¿Qué es una cosa que desearías que nuestra familia hiciera diferente en casa? Esté abierto a la sugerencia de su hijo.
- 20. Túrnese con su hijo para hacer afirmaciones. Identifiquen cada una como *hecho* u *opinión*.
- 21. Levántese temprano en la mañana y de una caminata por el vecindario con su hijo. ¿Se ve diferente temprano en la mañana?
- 22. Cuénteles a su hijo una historia que enseñe una lección importante.
- 23. Pídeles a los miembros familiares que describan maneras en las que usaron las matemáticas hoy.
- 24. Enséñele a su hijo a preguntar *qué, quién, cuándo, dónde, cómo* y *por qué* cuando lleve a cabo una investigación.
- 25. Hablen sobre los planes de su hijo para el día de hoy.
- 26. Pregunte qué condiciones hacen que a su hijo le resulte más fácil hacer los trabajos escolares. Saber cómo aprende lo ayudará a aprender mejor.
- 27. Tome un mazo de cartas. Cada jugador debe dar vuelta una carta. El que las multiplica correctamente primero se las lleva.
- 28. Hable de un tema controvertido con su hijo. Pregunte, "¿Qué piensas?"
- 29. Trabaje en un pasatiempo con su hijo.
- 30. Nombre un lugar del mundo. Túrnese con su hijo para nombrar una cosa que desearían ver allí.
- 31. Hagan pizza en familia. Sean creativos con los ingredientes.