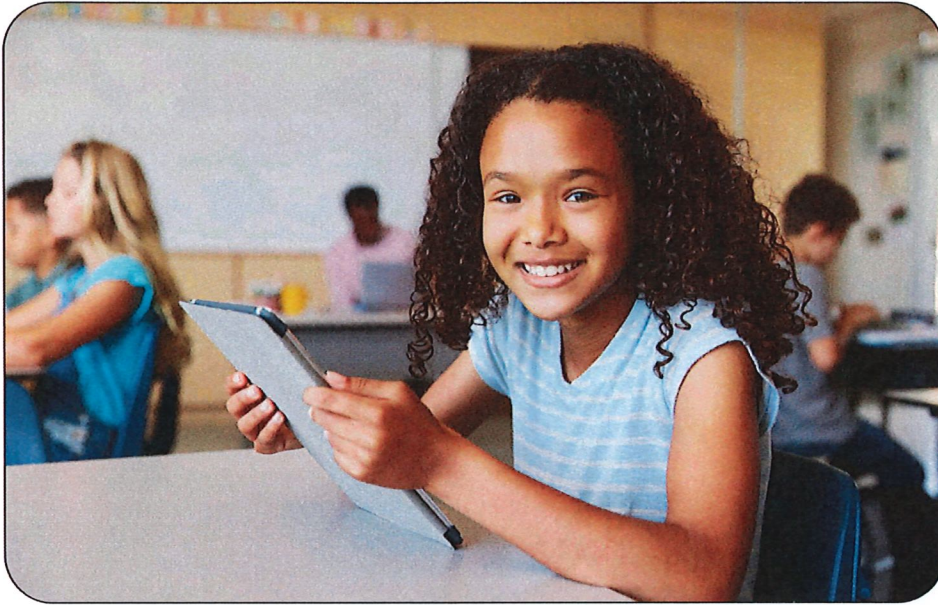


Middle School Parents

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs

still make the difference!



Help your child maintain motivation and momentum

As the school year winds down, middle school students tend to get a bit restless and start daydreaming about the summer break. But summer isn't here just yet.

Remember: The last few weeks of school are just as important as the rest. It's vital for middle schoolers to be in school and stay focused so they can finish the school year strong.

To motivate your child to keep working hard:

1. **Stick to routines.** It's easy to get wooed by warmer temperatures and more daylight. If you find yourself letting your child put off schoolwork longer and longer and stay up later and later, it's time to get back on track. Morning comes

as early as ever, and if your middle schooler doesn't get enough sleep at night, it will be difficult to focus during class.

2. **Show your interest.** By this point of the school year, families are pretty familiar with what goes on at school. However, don't stop asking about it. Let your child know that you care and still want to hear about assignments and classes.
3. **Maintain expectations.** Remind your child that if grades begin to slip near the end of the year—or if your child stops completing assignments—there will be consequences. The thought of missing an anticipated event or activity may inspire your child to buckle down.

Show your child how to handle disappointment



Life doesn't always go as planned. Whether your middle schooler earns a low grade on a test or finds

out that social plans have been canceled, learning to accept and move beyond disappointment is a necessary part of school and life.

To help your child bounce back after things go wrong:

- **Ask, "How are you feeling?"** Often, middle schoolers tend to either overreact or to clam up entirely. Help your child express disappointment using words.
- **Be sympathetic and supportive.** Say, "I'm so sorry that event was canceled. I know you are disappointed. What else could you do?" Asking questions instead of just fixing things gives your middle schooler the opportunity to learn recovery skills.
- **Demonstrate coping skills.** It may not be easy to share your personal disappointments. But it's one of the most effective ways to show your child how to be resilient. "I am so disappointed that I didn't get that promotion," you might say. "I'm going to keep trying."

A strong vocabulary is key for middle school reading success



In middle and high school, the reading material is more complex and contains advanced vocabulary. Having a broad vocabulary will give your child an advantage.

To focus on building vocabulary over the summer months, encourage your child to:

- **Read every day.** Middle schoolers should read a variety of materials—novels, short stories, news articles, magazines and websites. The more reading material children take in, the more words they will encounter. Encourage your child to look up unfamiliar words and learn their meanings.
- **Talk.** Introduce new words when you have conversations with your

child. “I am excited to start my new job tomorrow, but I am also *apprehensive*.” This is a great exercise for everyone in the family.

- **Practice.** Reading and hearing all these new words may not mean much if your child doesn’t use them. Challenge your child to use one or two new words a day.

Source: C. Snow, “Building vocabulary to improve reading in middle school,” Harvard Graduate School of Education.

“One forgets words as one forgets names. One’s vocabulary needs constant fertilizing or it will die.”

— Evelyn Waugh

Encourage your child to find and enter a contest this summer



There are many opportunities for students to keep learning during the summer months. And without the demands of schoolwork, they can choose what they’d like to learn more about.

Entering a summer contest can allow your middle schooler to spend time developing talents and interests. Contests can also:

- **Inspire excellence.** Whether your middle schooler enjoys art, writing, photography or science, the idea of competing against others may motivate your child to produce a “personal best.”
- **Boost self-image.** Even if your child doesn’t win the contest, taking a healthy risk and working hard is

something to celebrate. Say something like, “You worked so hard. You submitted your entry on time and tried something different. You should feel really proud of yourself. I know I’m proud of you.”

To find a suitable contest:

- **Check with the school.** Sometimes, companies that sponsor contests for students will send materials and entry forms directly to school principals or counselors.
- **Ask a librarian.** Librarians often know about contests for students.
- **Search online.** Research any sponsor offering a contest before you allow your child to enter. You should never have to pay a fee to enter or provide personal financial information.

Are you preparing your child for a safe summer?



Summer is prime time for fun and also for taking risks—especially for middle schoolers, who may not always be in sight of an adult. Are you doing all you can to make sure your child is healthy and safe over the summer? Answer *yes* or *no* to the questions below to find out:

___ 1. Do you require your child to wear sunscreen and insect protection when playing outdoors?

___ 2. Do you insist that your child wear a helmet when on a bike, scooter or skateboard?

___ 3. Do you consider your child’s maturity before assigning chores, such as mowing the lawn with a riding lawn mower?

___ 4. Do you encourage your child to drink plenty of water when playing or exercising outdoors in the heat?

___ 5. Do you look for supervised activities that will keep your child busy and active?

How well are you doing?

Mostly *yes* answers mean you are preparing for a safe summer for your middle schooler. For *no* answers, try those ideas in the quiz.

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.

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.

Five strategies help students make the most of study time



Unfortunately, not all middle school students know how to study effectively. Those that don't may spend more time than they need to on their schoolwork. Or, they may get frustrated and stop studying completely.

Share these strategies to help study time pay off for your middle schooler:

1. **Take class notes.** Writing down what the teacher emphasizes can help your child see what the teacher thinks is important. Reviewing class notes each evening will also improve your child's memory of the material.
2. **Break it up.** Research shows that studying material in several short study sessions spaced out over time is more effective than one long study session.
3. **Study similar subjects at different times.** Putting new information

into the brain is a like pouring concrete. Your child has to give it time to "set up." So between a science lesson with a lot of formulas and a math lesson with a lot of formulas, your teen should study history or English—to allow the science lesson time to set.

4. **Avoid getting sidetracked.** If your child's mind tends to wander during study time, suggest keeping a notepad nearby. That way your middle schooler can jot down reminders or random thoughts to consider later and then get right back to studying.
5. **Eliminate distractions.** The TV, a phone and a growling stomach will all distract your middle school student. Have your child turn off unneeded digital devices and take care of hunger and thirst before sitting down to study.

Build a relationship that supports academic success



Studies show that positive adult influence is critical to children's success. Children who have healthy adult role models:

- **Feel more secure** and optimistic than children without role models.
 - **Are more likely** to feel happy.
 - **Are nine times more likely** than other kids to earn straight A's.
 - **Are less likely** to cheat on tests.
 - **Are more likely** to believe in their own future success.
- What's the secret to being a solid role model for your middle schooler? There isn't one. Instead, there are some common sense things you can do to keep your child motivated and feeling loved. Here are a few:
- **Get to know your child.** Take time to find out what makes your child tick and find ways to support interests.
 - **Offer specific praise.** Middle schoolers sometimes get a bum rap. They're often seen as moody troublemakers. Look for the positive. When your child does something great, say so!
 - **Listen.** Don't dismiss your child's problems or opinions because your child is "just a kid." Pay attention when your middle schooler tells you something. Your willingness to listen may be the biggest motivator of all.

Source: "Healthy Parent-Child Relationships," U.S. Department of Health & Human Services.

Q: My middle schooler is having a great school year. However, the thought of starting high school next fall seems to be overwhelming. Is there anything I can do to make the transition go smoothly for my child?

Questions & Answers

A: Absolutely! Although you can't guarantee your child won't worry, there are several things you can do this summer to help your child prepare for the move to high school:

- **Listen carefully.** When your child talks about fears regarding high school, pay attention. It may help you identify the real problem. For example, you might assume your child is worried about handling more difficult schoolwork. It could turn out, though, that your child is really worried about meeting new people and finding extra-curricular activities.
- **Help your child practice time management skills.** High school means more classes and a bigger workload. Give your child a calendar or a planner and recommend using it to keep track of summer activities and appointments. This will reinforce the habit of planning time and writing things down.
- **Check out the school website** and social media platforms together. Find out what types of activities may be available for ninth graders. Learn about some of the policies and procedures your child will be expected to follow.
- **Encourage your child to talk** to a current high school freshman. Hearing first-hand about how high school differs from middle school may ease your child's anxiety—and yours!

It Matters: Summer Learning

Limit mindless screen time to boost well-being



Middle schoolers spend an average of seven hours each day in front of screens for entertainment alone.

And that time typically increases during the summer months.

Kids are streaming shows, playing online games and scrolling through social media. All of this screen time leaves less time for important physical and mind-building activities.

The American Academy of Pediatrics and the National Heart, Lung and Blood Institute recommend setting limits on recreational screen time because too much can affect:

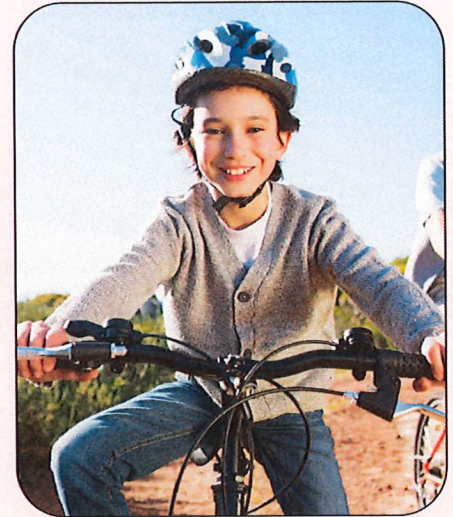
- **Maturity.** Middle schoolers should use part of the summer to take on new responsibilities, learn new hobbies and explore new interests. Binge watching a series on Netflix won't get your child very far on that journey.
- **Health.** Time spent in front of a screen is time kids are not spending on healthier pursuits, such as exercise. Studies link overindulging on screen time to obesity, high blood pressure and elevated cholesterol —each of which puts your child at risk of heart disease.
- **Social skills.** Many students in middle school socialize with friends on social media. However, face-to-face interaction is necessary, too. Keep in mind that your child needs to spend screen-free “real life” time with friends and family.

Source: T. Bahrapour, “Teens who spend less time in front of screens are happier—up to a point, new research shows, *The Washington Post*.”

Unstructured time provides opportunities for family fun

With school out for the summer, children will likely have more unstructured time. Help your child make the most of this time by using it for fun activities together:

- **Get active.** Take advantage of the long, warm evenings. If you and your child both like a physical activity, such as biking, do it together. Or, just walk and enjoy each other's company—as well as the conversation that happens more naturally at these times.
- **Celebrate the weekend.** Encourage your child to make a list of low-cost activities you can do together. Then, schedule time to do them.
- **Plant a summer garden.** Involve your child in the planning, planting, watering and harvesting.



- **Make memories.** Take photos to record your summer. Spend an evening together writing captions, making a slide show or putting the photos in an album.

Offer your middle schooler purposeful writing activities



Summer vacation is a good time to help your middle schooler learn two important things about writing. First, writing has a purpose. It is not something teachers make up to torture their students! Second, writing can be a lot of fun, especially when it's about an interesting topic.

Encourage your child to write:

- **A review of a book.** This is different from a book report. Reviews should focus on whether your child liked the book, why or why not, and whether your child would recommend it to others.
- **Trivia questions** about a favorite sport or topic of interest. This is a wonderful way to show what an “expert” your child is.
- **A letter to the editor,** or an online review for a company. Offering feedback, whether it is positive or negative, is a common purpose for writing. Have your child share feedback about something.
- **A letter—on paper.** Have your child make Grandma's day, or that of another relative or family friend.
- **Fan fiction.** Your child can choose favorite characters from any kind of media and then put them in a brand new story.

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

May 2024

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

1. Drugs can be deadly the first time kids use them. Talk with your child and provide the facts.
2. Choose a book with an author's name that begins with "A." Read it together. Next, try a "B" book.
3. Help your child think of tough situations that might come up. How would your middle schooler handle them?
4. Don't use problems with schoolwork as an excuse to criticize or argue with your child about other issues.
5. Make a decision as a family. Give everyone a say before deciding.
6. It's Screen-Free Week. Have your child think of fun activities your family can do to replace digital entertainment.
7. Give your middle schooler a math-related household task to do. Can your child calculate your family's average monthly electricity expense?
8. Challenge your child to circle all the adjectives in a news article.
9. Play geography games as a family. Ask one another to name capitals or describe locations of different countries.
10. Does your child need more responsibility? More time to talk? More privacy? Ask what your middle schooler thinks.
11. Patiently explain the reason for a rule your child doesn't like.
12. Ask your child to help you plan and do the shopping for this week's dinner menu.
13. Visit the library with your child. Check out a book that will make you both laugh.
14. Memorize something with your child today. Try a poem or a quotation.
15. Do everyday tasks with your child, such as washing dishes, to gain more time together.
16. Help your child find opportunities to volunteer in the community.
17. Help your child use a few spare minutes to get a jump-start on schoolwork.
18. It's Physical Fitness and Sports Month. Enjoy a physical activity together as a family.
19. Look at family photos with your child. Tell stories about relatives.
20. Have your child give you examples of a complete sentence, an incomplete sentence and a run-on.
21. Have your child download an audiobook to listen to in the car.
22. At the grocery store, have your child estimate how many apples are in two pounds. Use the scales to check.
23. Open a book or newspaper to a random page. What new words can your child find there? Look up their definitions together.
24. Take a map with you in the car or on a walk. Point out where you are headed and let your child help navigate.
25. Ask your child, "What is your favorite time of day? Why?"
26. Ask your child to suggest new words that should be in the dictionary.
27. Watch your child's favorite show together. Ask questions, such as "What would you have done in that situation?"
28. Learn the symptoms of eating disorders. Help your child develop healthy eating habits.
29. Talk about one thing you admire most about your child as a student.
30. Avoid labeling your child (Emerson is the shy one). Kids tend to live up to roles cast for them by their families.
31. Discuss your child's accomplishments over the past school year.

Escuela Intermedia

Los Padres™

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs

¡aún hacen la diferencia!



Ayude a su estudiante a mantener la motivación y el ritmo

Ahora que está terminando el año escolar, los estudiantes de intermedia suelen ponerse inquietos y comienzan a soñar despiertos con las vacaciones de verano. Pero aún no ha llegado el verano.

Recuerde: Las últimas semanas de escuela son tan importantes como el resto. Es esencial que los escolares de intermedia sigan yendo a clase y se mantengan concentrados para terminar bien el año escolar.

Para motivar a su hijo a seguir esforzándose:

1. **Siga las rutinas.** Es fácil dejarse seducir por las temperaturas más cálidas y la mayor cantidad de horas de luz. Si se da cuenta de que le está permitiendo a su hijo posponer las tareas escolares cada vez más y quedarse despierto cada vez hasta más tarde, es hora de volver

a encaminarse. La mañana comienza más temprano que nunca, y si su hijo de intermedia no duerme lo suficiente, le resultará difícil concentrarse en clase.

2. **Muéstrele su interés.** En este momento del año escolar, las familias están bastante familiarizadas con lo que sucede en la escuela. Sin embargo, no deje de hacer preguntas al respecto. Permita que su hijo sepa que a usted le importa y que todavía quiere escuchar sobre los trabajos y las clases.

3. **Mantenga expectativas.** Recuérdelo a su hijo que si las calificaciones comienzan a empeorar al final del año —o si deja de hacer los trabajos— habrá consecuencias. La idea de perderse un evento anticipado o una actividad podría inspirarlo a esforzarse.

Muéstrele a su hijo como abordar la decepción



En la vida, las cosas no siempre salen como esperamos. Cuando su escolar de intermedia obtenga una calificación baja en un examen o descubra que sus planes sociales se cancelaron, aprender a aceptar y superar la decepción es una parte necesaria de la escuela y de la vida.

Para ayudar a su hijo a recuperarse después de que las cosas salgan mal:

- **Pregúntele “¿Cómo te sientes?”** Muchas veces, los escolares de intermedia reaccionan de forma exagerada o se cierran por completo. Ayude a su hijo a expresar su decepción con palabras.
- **Sea empático y apóyelo.** Diga, “Lamento que hayan cancelado el evento. Sé que estás decepcionado. ¿Qué más podrías hacer?” Hacer preguntas en lugar de simplemente resolver los problemas le da a su escolar de intermedia la oportunidad de aprender habilidades de recuperación.
- **Demuestre habilidades para enfrentar problemas.** Es posible que no le resulte fácil compartir sus propias decepciones, pero es una de las maneras más eficaces de mostrarle a su hijo cómo ser resiliente. Podría decir, “¡Estoy tan decepcionado por no haber conseguido el ascenso! Voy a seguir intentando”.

Tener un vocabulario sólido es esencial para el éxito con la lectura



En la escuela intermedia y secundaria, el material de lectura es más complejo y contiene vocabulario avanzado. Tener un vocabulario

amplio le dará a su hijo una ventaja.

Para centrarse en desarrollar el vocabulario en los meses de verano, anime a su hijo a:

- **Leer todos los días.** Los escolares de intermedia deberían leer una variedad de materiales: novelas, cuentos, artículos periodísticos, revistas y sitios web. Cuanto más material de lectura incorporen los niños, más palabras encontrarán. Anime a su hijo a buscar palabras que no conozca y a aprender qué significan.
- **Hablar.** Preséntele palabras nuevas a su hijo cuando hable con él. “Me entusiasma comenzar un nuevo trabajo mañana, pero también estoy

aprehensivo”. Este es un gran ejercicio para todos los miembros de la familia.

- **Practicar.** Leer y escuchar todas estas palabras nuevas podría no significar mucho si su hijo no las usa. Anímelo a usar una o dos palabras nuevas por día.

Fuente: C. Snow, “Building vocabulary to improve reading in middle school,” Harvard Graduate School of Education.

“Uno se olvida de las palabras de la misma manera en la que se olvida de los nombres. El vocabulario necesita fertilización contante para no morir”.

—Evelyn Waugh

Anime a su hijo a encontrar un concurso y participar este verano



Hay muchas oportunidades para que los estudiantes sigan aprendiendo durante los meses de verano. Además,

al no tener las exigencias de trabajo escolar, pueden elegir sobre qué les agradaría saber más.

Participar de un concurso de verano podría permitirle a su escolar de intermedia usar su tiempo para desarrollar sus talentos e intereses. Los concursos también podrían:

- **Inspirar la excelencia.** Ya sea que su escolar de intermedia disfrute del arte, la escritura, la fotografía o las ciencias, la idea de competir contra otros podría motivarlo a lograr una “mejor marca personal”.
- **Mejorar la imagen que tiene de sí mismo.** Incluso si su hijo no gana el concurso, asumir un riesgo sano y esforzarse es algo para celebrar. Diga algo como “Te esforzaste

muchísimo. Te presentaste a tiempo e intentaste algo distinto. Deberías estar muy orgulloso de ti mismo. Estoy muy orgulloso de ti”.

Para hallar un concurso adecuado:

- **Consulte opciones en la escuela.** A veces, las empresas que patrocinan los concursos para estudiantes envían los materiales y las planillas de inscripción directamente a los directores o consejeros de las escuelas.
- **Pregúntele a un bibliotecario.** Los bibliotecarios suelen estar informados sobre los concursos para estudiantes.
- **Busque en internet.** Haga una investigación sobre los patrocinadores que ofrecen concursos antes de permitirle a su hijo inscribirse. En ningún caso debería tener que pagar una tarifa de inscripción ni brindar información financiera personal.

¿Está preparando a su hijo para un verano seguro?



El verano es el mejor momento para divertirse y también para asumir riesgos, especialmente para los estudiantes de secundaria, que no siempre están a la vista de un adulto. ¿Está haciendo todo lo que está a su alcance para asegurarse de que su hijo se mantenga saludable y seguro durante el verano? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

- ___ **1. ¿Le exige** a su hijo que use protector solar y repelente para insectos cuando juega al aire libre?
- ___ **2. ¿Le insiste** a su hijo que use un casco cuando monta en bicicleta, monopatín o patineta?
- ___ **3. ¿Considera** la madurez de su hijo antes de asignarle tareas, como cortar el césped con un tractor de jardín?
- ___ **4. ¿Anima** a su hijo a beber mucha agua mientras juega o hace ejercicio al aire libre en días de calor?
- ___ **5. ¿Busca** actividades supervisadas que mantengan a su hijo ocupado y activo?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas son *sí*, usted está preparándose para que su escolar de intermedia se mantenga seguro durante el verano. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

Escuela Intermedia
Los Padres
¡aún hacen la diferencial!

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.

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.

Cinco estrategias para aprovechar al máximo el tiempo de estudio



Lamentablemente, no todos los niños saben cómo estudiar de manera eficaz. Quienes no saben hacerlo, suelen dedicarles más tiempo del necesario a los trabajos escolares. O a veces se frustran y directamente dejan de estudiar.

Comparta estas estrategias para ayudar a que el tiempo de estudio rinda frutos para su escolar de intermedia:

- 1. Tomar apuntes en clase.** Escribir lo que el maestro enfatiza podría ayudar a su hijo a darse cuenta de qué puntos son importantes. Repasar los apuntes de clase todas las tardes también mejorará su memoria.
- 2. Dividirlo en partes.** Las investigaciones demuestran que estudiar el material en varias sesiones de estudio cortas, separadas a lo largo del tiempo es más eficaz que una única sesión de estudio prolongada.
- 3. Estudiar materias similares en distintos momentos.** Meter

información nueva en la cabeza es como verter cemento. Su hijo debe dejar pasar tiempo para que los conocimientos “se solidifiquen”. Por lo tanto, entre una clase de ciencias con muchas fórmulas y una clase de matemáticas con muchas fórmulas su hijo debería estudiar historia o lengua con el fin de darle tiempo a la clase de ciencias para asentarse en su cabeza.

- 4. Evitar distracciones.** Si la mente de su hijo suele divagar durante el tiempo de estudio, sugiérale que tenga una libreta a mano. Así, podrá anotar recordatorios o pensamientos aleatorios para considerarlos más tarde y luego volver al estudio.
- 5. Deshacerse de las distracciones.** La televisión, el teléfono y el estómago vacío distraerán a su estudiante. Pídale que apague todos los aparatos electrónicos que no necesite y que se ocupe de saciar el hambre y la sed antes de sentarse a estudiar.

Establezca una relación que apoye el éxito académico de su hijo



Los estudios demuestran que la influencia positiva de los adultos es esencial para que los niños alcancen el éxito. Los niños que

- tienen modelos a seguir saludables:
- **Se sienten más seguros y optimistas** que los niños que no tienen modelos a seguir.
 - **Tienen más probabilidades** de ser felices.
 - **Tienen nueve veces más probabilidades** que los demás niños de obtener una A.
 - **Tienen menos probabilidades** de copiarse en los exámenes.
 - **Tienen más probabilidades** de creer que pueden alcanzar el éxito en el futuro.
- ¿Cuál es el secreto para ser un modelo a seguir fuerte para su hijo? Ninguno. Pero hay cosas que puede hacer usando

el sentido común para mantener a su hijo motivado y lograr que se sienta querido. Estas son algunas de ellas:

- **Conozca a su hijo.** Tómese el tiempo necesario para descubrir qué lo motiva y busque maneras de respaldar sus intereses.
- **Haga elogios específicos.** A veces, los escolares de intermedia tienen mala fama. Se los suele considerar alborotadores malhumorados. Busque las características positivas. Cuando su hijo haga algo bien, dígaselo.
- **Escúchelo.** No pase por alto los problemas o las opiniones de su hijo porque “es tan solo un niño”. Preste atención cuando su escolar de intermedia le diga algo. Sus ganas de escucharlo podrían ser la mayor fuente de motivación de todas.

Fuente: “Healthy Parent-Child Relationships,” U.S. Department of Health & Human Services.

P: Mi escolar de intermedia está teniendo un año escolar increíble. Sin embargo, pensar en que comienza la escuela secundaria el próximo otoño parece abrumarlo. ¿Hay algo que pueda hacer para que la transición le resulte más fácil?

Preguntas y respuestas

R: ¡Por supuesto! Si bien no puede garantizar que su hijo no se preocupe, hay varias cosas que puede hacer este verano para ayudarlo a prepararse para la escuela secundaria:

- **Escuche con atención.** Cuando su hijo hable de sus miedos sobre la escuela secundaria, preste atención. Podría ayudarlo a identificar el problema real. Por ejemplo, tal vez asuma que está preocupado por la mayor dificultad de los trabajos escolares que le pedirán. Sin embargo, podría resultar que lo que realmente preocupa a su hijo es conocer gente nueva y encontrar actividades extraescolares.
- **Ayude a su hijo a practicar las habilidades de administración del tiempo.** En la escuela secundaria tendrá más clases y una mayor carga de trabajo. Dele un calendario o una agenda y recomiéndele que los use para llevar un registro de las actividades y las citas de verano. Esto reforzará su hábito de planificar su tiempo y escribir.
- **Consulten el sitio web** y las plataformas de redes sociales de la escuela juntos. Averigüen qué tipo de actividades están disponibles para los estudiantes de noveno grado. Busquen información sobre algunas políticas y procedimientos que le pedirán a su hijo que siga.
- **Anime a su hijo a hablar con algún estudiante** que esté actualmente en primer año. Escuchar de primera mano las diferencias entre la escuela secundaria y la escuela intermedia podría aliviar la ansiedad de su hijo y la de usted.

Enfoque: aprendizaje de verano

Limite el tiempo frente a la pantalla sin pensar



Los escolares de intermedia pasan unas siete horas por día frente a las pantallas por diversión. Y ese tiempo suele

aumentar en los meses de verano.

Los niños ven programas, juegan en internet y navegan por las redes sociales. El tiempo frente a la pantalla deja menos tiempo para actividades físicas y de desarrollo mental importantes.

La Academia Americana de Pediatría y el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre recomiendan limitar en el tiempo que pasan los niños frente a la pantalla con fines recreativos. Si le dedican demasiado tiempo, podrían verse afectados los siguientes aspectos:

- **La madurez.** Los estudiantes deberían usar parte del verano para asumir nuevas responsabilidades, aprender pasatiempos nuevos y explorar nuevos intereses. Hacer maratones de series en Netflix hará que su hijo no haga mucho más.
- **La salud.** El tiempo que se pasa frente a una pantalla es tiempo que los niños no destinan a actividades más saludables, como hacer ejercicio. Los estudios asocian el exceso de tiempo frente a la pantalla con la obesidad, la presión arterial alta y el colesterol alto, que son factores que ponen a su hijo en riesgo de padecer una enfermedad cardíaca.
- **Las habilidades sociales.** Muchos estudiantes socializan con sus amigos en las redes sociales. Sin embargo, la interacción cara a cara también es necesaria. Tenga en cuenta que su hijo necesitará pasar tiempo de la "vida real" sin pantallas con amigos y familiares.

Fuente: T. Bahrapour, "Teens who spend less time in front of screens are happier—up to a point, new research shows," *The Washington Post*.

El tiempo sin estructura brinda diversión en familia

Dado que durante el verano no hay clases, es muy probable que los niños tengan más tiempo sin estructuras. Ayude a su hijo a aprovechar ese tiempo usándolo para hacer algunas actividades divertidas juntos:

- **Pónganse en acción.** Aprovechen las tardes largas y cálidas. Si tanto a usted como a su hijo les agrada una actividad física, como montar en bicicleta, háganlo juntos. O simplemente caminen y disfruten de la compañía y de las conversaciones, que fluyen con más naturalidad en estos momentos.
- **Celebren el fin de semana.** Anime a su hijo a hacer una lista de actividades económicas que podrían hacer juntos. Luego, programe momentos para hacerlas.
- **Armen una huerta.** Pídale a su hijo que participe en la planificación, la plantación, el riego y la cosecha.



- **Creen recuerdos.** Tome fotos para registrar el verano. Pasen una tarde juntos escribiendo epígrafes y armen una presentación de diapositivas o un álbum.

Ofrézcale a su hijo actividades de escritura con un propósito



Las vacaciones de verano son un buen momento para ayudar a los estudiantes de intermedia a aprender dos cosas importantes acerca de la escritura. En primer lugar, hay un propósito detrás de la escritura. No es algo que los maestros inventan tan solo para torturar a los estudiantes. En segundo lugar, la escritura puede ser muy divertida, especialmente cuando se escribe sobre un tema interesante.

Anime a su hijo a escribir:

- **Una reseña de un libro.** Este tipo de texto es diferente a un informe. Las reseñas deberían centrarse en si a su hijo le agradó el libro, por qué y en sí se lo recomienda.

- **Una trivia de preguntas** sobre su deporte favorito o sobre un tema de interés. Esta es una gran manera de mostrar lo "experto" que es.
- **Una carta al editor** o una reseña sobre una empresa en internet. Hacer una devolución, ya sea positiva o negativa, es un propósito de escritura común. Pídale a su hijo que comparta su devolución sobre algo.
- **Una carta en papel.** Pídale a su hijo que le alegre el día a su abuela o a algún otro familiar o amigo de la familia.
- **Fan fiction.** Su hijo podría elegir sus personajes favoritos de cualquier medio e incluirlos en una historia completamente nueva.

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

Mayo 2024

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

- 1. Las drogas pueden ser mortales la primera vez que los niños las consumen. Hable con su hijo y proporcione los hechos.
- 2. Escoja un libro cuyo autor comience con la letra "A". Léanlo juntos. Luego, lean uno cuyo autor comience con "B".
- 3. Ayude a su hijo a pensar situaciones difíciles. ¿Cómo las afrontaría?
- 4. No utilice los problemas con el trabajo escolar como excusa para criticar o discutir con su hijo sobre otros temas.
- 5. Tomen una decisión en familia. Deje que todos opinen antes de decidir.
- 6. Es la Semana sin Pantallas. Dígame a su hijo que piense actividades divertidas para hacer en familia y sustituir el entretenimiento digital.
- 7. Asígnele a su hijo una tarea doméstica relacionada con las matemáticas. ¿Puede calcular el gasto mensual promedio de electricidad de su familia?
- 8. Rete a su hijo a encerrar con un círculo todos los adjetivos de un artículo periodístico.
- 9. Jueguen en familia a juegos de geografía. Pídanse unos a otros que nombren capitales o describan ubicaciones de distintos países.
- 10. ¿Necesita su hijo más responsabilidades? ¿Más tiempo para hablar? ¿Más intimidad? Pregunte qué piensa su hijo.
- 11. Explique con paciencia la razón de una norma que no le agrada a su hijo.
- 12. Pídale a su hijo que lo ayude a planificar y hacer la compra para el menú de la cena de esta semana.
- 13. Vaya a la biblioteca con su hijo. Saquen un libro que los haga reír.
- 14. Memorice algo hoy con su hijo. Prueben un poema o una cita.
- 15. Realice tareas cotidianas con su hijo, como fregar los platos, para ganar más tiempo juntos.
- 16. Ayude a su hijo a buscar oportunidades de voluntariado en la comunidad.
- 17. Ayude a su hijo a aprovechar unos minutos libres para adelantar trabajo escolar.
- 18. Es el Mes de la Actividad Física y el Deporte. Disfruten una actividad física en familia.
- 19. Mire fotos familiares con su hijo. Cuénteles anécdotas sobre familiares.
- 20. Pídale a su hijo que le dé ejemplos de una frase completa, una incompleta y una mal puntuada.
- 21. Dígame a su hijo que se descargue un audiolibro para escuchar en el carro.
- 22. En el supermercado, pídale que calcule cuántas manzanas hay en un kilo. Usen la báscula para comprobarlo.
- 23. Abra un libro o un periódico en una página al azar. ¿Qué palabras nuevas puede encontrar su hijo? Busquen juntos sus definiciones.
- 24. Lleve un mapa en el carro o en una caminata. Señale hacia dónde se dirigen y deje que su hijo lo ayude a navegar.
- 25. Pregúntele a su hijo, "¿Cuál es tu momento favorito del día? ¿Por qué?"
- 26. Pídale a su hijo que le sugiera palabras nuevas que deberían estar en el diccionario.
- 27. Vean juntos el programa favorito de su hijo. Hágame preguntas como, "¿Qué hubieras hecho tú en esa situación?"
- 28. Conozca los síntomas de los trastornos alimentarios. Ayude a su hijo a desarrollar hábitos alimentarios saludables.
- 29. Hable de una de las cosas que más admira de su hijo como estudiante.
- 30. Evite encasillar a su hijo (Juan es el tímido). Los niños suelen encarnar los papeles que les han asignado sus familias.
- 31. Hable sobre los logros de su hijo durante el año escolar pasado.