

Helping Students Learn[®]

MIDDLE SCHOOL

Tips Families Can Use to Help Students Do Better in School
Rowan-Salisbury Schools



December 2021

Encourage your child to approach problem-solving step-by-step

"I forgot to take my make-up test." "I don't have enough time to finish my project." To become responsible students, middle schoolers need to learn to solve more of the problems that crop up for themselves.

This will seem less daunting to your child—and he'll have more success—if you teach him a process for approaching problem-solving. The next time he faces a sticky situation, help him take these six steps:

- 1. Define the problem.** What is it your child needs to do or decide? What does he already know about this issue?
- 2. Gather information.** If your child is dealing with something he hasn't run into before, he may need to find out more before he can decide what to do.
- 3. Brainstorm options.** Have your child list as many possible solutions as he can, without getting bogged down in analyzing each idea.
- 4. Consider pros and cons.** Once he has a list of potential solutions, he can think about the possible positive and negative consequences of each option. Which seems like the strongest choice?
- 5. Make a plan of action.** You can offer guidance if your child is unsure how to proceed, but let him follow the plan himself.
- 6. Evaluate.** Is his plan helping him solve the problem? Great! If not, discuss what he's learned and suggest that he go back to step 4 and try again.



Engage in positive ways

To be an effective partner in your child's learning, keep two things in mind:

- 1. It's OK to say "I don't know."** If your child comes to you with a question you can't answer, you can just say, "I never learned that. Let's take a look in your book."
- 2. All kids have strengths** and weaknesses. Support and encourage your child in every class, but don't expect the same performance in every subject.

Counselors help students move forward

School counselors are playing a critical role in helping students and families cope with the pandemic's effects. Not only can they help kids get back on track academically after facing problems, counselors are also trained to help with: solving problems with friends, strengthening coping skills, dealing with grief, and connecting with outside experts and agencies to help you find support.



Discuss reasons for honesty

Honesty is essential for academic success. Cheating is not only wrong, it also won't help your child learn or get smarter. Remind your child of honesty's benefits:

- **Honest people** never have to worry about being caught in a lie. They have self-respect.
- **Honesty** keeps people out of trouble.
- **Parents and teachers** tend to give more freedom and privileges to students they know are honest.
- **Teachers**, family members and friends respect people they can trust to be honest.



Suggest ways to strengthen memory

Your child's long-term memory is the store of knowledge she will draw on in school and all her life. Several study strategies can help her boost her ability to recall what she's learning. Encourage your child to:

- **Consider the context.** If an upcoming test is on Chapter Four, for example, looking at the summaries of surrounding chapters can help her see how Chapter Four relates to the whole unit.
- **Test herself.** Your child can put small chunks of material on flash cards. Then she can review them frequently and use them to practice recalling the information.
- **Make the material relevant.** Perhaps she can watch a TV show or video on events she's studying in history, or visit a historic site from the same era.
- **Study and then sleep.** While your child's body gets much needed rest, her brain will still be working on sorting and retaining the material she studied right before bed.



My child seems so down on herself. What can I do?

Q: My eighth grader complains that she can't do anything right, which isn't true at all. How can I convince her that she's a smart, capable person?

A: Middle schoolers are discovering the pressure of trying to measure up. It can be scary when they feel like they are falling short. This fear can lead to merciless self-criticism.

You may not be able to make your child's insecurity vanish, but you can help her see how smart and competent she is. To boost her self-image:

- **Trust her** with responsibilities. She may not like having to feed the dog or water the plants, but have her do it anyway. Let her know she is counted on by the whole family.
- **Put her in situations** where she's likely to succeed. If she is a strong math student, could she tutor a younger child? If she's creative, could she make and sell a craft as a charity fundraiser?
- **Point out her accomplishments.** Show her that you notice when she does something well, whether it is earning a good quiz grade or making a beautiful holiday centerpiece.
- **Talk about social media.** Remind her not to compare her day-to-day life with posts that show other people on their best days.



Parent Quiz

Are you planning for afternoon safety?

The afternoon hours right after school are when unsupervised students are most likely to get into trouble. Are you safeguarding your child's after-school time if you can't be with him? Answer *yes* or *no* below:

- ___ **1. Do you encourage** your child to be involved in supervised extracurricular activities?
- ___ **2. Do you maintain** contact with your child by phone?
- ___ **3. Do you make sure** that your child has a nearby adult he can turn to, such as a relative or neighbor?
- ___ **4. Do you discuss** dangerous situations and ways your child can avoid them?
- ___ **5. Do you establish** guidelines for your child while he is home alone: responsibilities

to carry out and rules for what to do and not do?

How well are you doing?

Each yes answer means you are taking an important step to ensure your child's safety and productivity after school. For each no, try that idea.

"What all children deserve, and all of us want, is safety, love and possibility."

—Alan Robert Neal

Do an attendance review

Winter break is a great time to review the first part of the year and make plans for the next. Looking at your child's class attendance should be part of this process. If absences are mounting up:

- **Make it clear** that on-time attendance in every class is a priority.
- **Set consequences.** Explain that skipping classes erodes your trust. So you will have to limit your child's independence.
- **Emphasize the need** for healthy habits to stay well and in school.
- **Work with the school** if your child faces obstacles to class attendance.

Find a screen sweet spot

What is the right limit for recreational screen time? A recent study of middle schoolers found that students who played online for four or more hours daily on weekends were four times more likely to skip school than those who didn't. On the other hand, those who consumed less than one hour per day were less bored and did better in school.

Source: Rutgers University, "Young teens should only use recreational internet and video games one hour daily," ScienceDaily.

Read aloud regularly

Young middle schoolers are often better at listening than they are at reading. When you read aloud to your child, you expose him to new concepts, ideas and vocabulary. The key is to keep it short and to the point. You can:

- **Read a news article** at breakfast.
- **Share a taste** of something you are reading.
- **Choose a type** of book your child doesn't usually read—a biography, for example. Take turns reading it aloud for a few minutes a day.



Helping Students Learn®

Published in English and Spanish, September through May.

Publisher: Doris McLaughlin.

Publisher Emeritus: John H. Wherry, Ed.D.

Editor: Alison McLean.

Production Manager: Sara Amon.

Translations Editor: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, The Parent Institute®,

a division of PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1021

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Estudiantes a Salir Mejor en la Escuela



Diciembre 2021

Rowan-Salisbury Schools

Anime a su hijo a solucionar los problemas paso por paso

"Me olvidé de rendir el examen de recuperación". "No tengo suficiente tiempo para terminar mi proyecto". Para convertirse en estudiantes responsables, los escolares de intermedia necesitan aprender a resolver más de los problemas que surgen inesperadamente.

Esto le parecerá menos abrumador a su hijo —y tendrá más éxito— si usted le enseña un proceso para resolver problemas. La próxima vez que enfrente una situación difícil, ayúdelo a seguir estos seis pasos:

- 1. Definir el problema.** ¿Qué debe hacer o decidir su hijo? ¿Qué es lo que ya sabe de esta cuestión?
- 2. Recabar información.** Si su hijo está lidiando con algo que no ha hecho en el pasado, podría tener que informarse más antes de tomar una decisión.
- 3. Pensar opciones.** Dígale a su hijo que enumere todas las posibles soluciones como pueda, sin dedicarle tiempo a analizar cada idea.
- 4. Considerar las ventajas y desventajas.** Una vez que haya enumerado las potenciales soluciones, puede pensar en las posibles consecuencias positivas y negativas de cada opción. ¿Cuál parece la mejor alternativa?
- 5. Elaborar un plan de acción.** Si su hijo no está seguro de cómo proceder, usted puede guiarlo. Pero deje que él mismo lleve a cabo el plan.
- 6. Evaluar.** El plan, ¿lo está ayudando a resolver el problema? ¡Estupendo! De lo contrario, hablen de lo que ha aprendido y sugiera que regrese al paso 4 y vuelva a intentarlo.



Sugiera maneras de fortalecer la memoria

La memoria a largo plazo de su hijo es el caudal de conocimiento al que podrá recurrir en la escuela y durante toda la vida. Hay varias estrategias de estudio que pueden ayudarlo a aumentar su capacidad de memorizar lo que está aprendiendo. Anime a su hijo a:

- **Considerar el contexto.** Por ejemplo, si tendrá un examen del Capítulo Cuatro, mirar el resumen de los capítulos que lo rodean podría ayudarlo a entender cómo se relaciona ese capítulo con toda la unidad.
- **Evaluarse a sí mismo.** Su hijo puede escribir fragmentos pequeños del material en tarjetas. Luego puede revisarlas con frecuencia y usarlas para memorizar la información.
- **Hacer que el material sea relevante.** Podría ver un programa de televisión o video sobre los sucesos que está estudiando en historia, o visitar un sitio histórico de esa época.
- **Estudiar y luego dormir.** Mientras el cuerpo de su hijo obtiene el descanso que tanto necesita, su cerebro continuará trabajando para clasificar y retener el material que estudió justo antes de acostarse.

Participe de maneras positivas

Para participar efectivamente en el aprendizaje de su hijo, tenga dos cosas en mente:

- 1. Está bien decir "No lo sé".** Si su hijo le hace una pregunta que usted no puede responder, podría decirle, "Nunca aprendí eso. Busquémoslo en tu libro".
- 2. Todos los niños tienen fortalezas y debilidades.** Apoye y anime a su hijo en todas sus clases, pero no espere el mismo rendimiento en todas las materias.

Los consejeros ayudan a los estudiantes a avanzar

Los consejeros escolares desempeñan una función crítica ayudando a los estudiantes y las familias a lidiar con los efectos de la pandemia. No solo pueden ayudar a los niños a volver a encarrilarse académicamente luego de enfrentar problemas, sino que también están capacitados para ayudar a: resolver problemas con amigos, fortalecer las habilidades para enfrentar problemas, lidiar con el dolor, y conectarse con otros expertos y organismos fuera de la escuela para obtener apoyo.



Hable sobre la honestidad

La honestidad es esencial para el éxito académico. Hacer trampa está mal, y tampoco ayudará a su hijo a aprender y volverse más inteligente. Recuérdele a su hijo los beneficios de la honestidad:



- **Las personas honestas** nunca deben preocuparse de que los descubran mintiendo. Se respetan a sí mismas.
- **La honestidad** mantiene fuera de problemas a las personas.
- **Los padres y los maestros** suelen concederles más libertad y privilegios a los estudiantes honestos.
- **Los maestros**, miembros familiares y amigos respetan a las personas que son confiables y honestas.



Mi hijo no parece creer en sí mismo. ¿Qué puedo hacer?

P: Mi hijo de octavo grado se queja de que nada le sale bien, pero eso no es cierto en lo más mínimo. ¿Cómo puedo convencerlo de que es una persona inteligente y capaz?

R: Los escolares de intermedia están descubriendo la presión de tratar de estar a la altura de las situaciones. Sentir que uno no cumple con las expectativas puede dar miedo. Este miedo puede conducir a autocríticas despiadadas.

Tal vez usted no pueda hacer desaparecer la inseguridad de su hijo, pero sí puede ayudarlo a ver que es una persona inteligente y competente. Para mejorar su imagen de sí mismo:

- **Asígnele responsabilidades.** Tal vez no le agrade tener que alimentar al perro o regar las plantas, pero asegúrese de que lo haga de todos modos. Dígale que toda la familia cuenta con él.
- **Preséntele situaciones** en las que probablemente tenga éxito. Si es bueno en matemáticas, ¿podría ayudar a un niño más pequeño con esta materia? Si es creativo, ¿podría hacer y vender una manualidad para recaudar fondos para una obra benéfica?
- **Señale sus logros.** Muéstrelle que usted observa cuando él hace algo bien, ya sea obtener una buena calificación o hacer un hermoso centro de mesa festivo.
- **Hable de los medios sociales.** Recuérdele que no debe comparar su vida cotidiana con las publicaciones que muestran otras personas en sus mejores días.



Cuestionario Para Padres

¿Está planificando la seguridad en la tarde?

Las horas de la tarde después de la escuela son cuando los estudiantes que no están supervisados son más propensos a meterse en problemas. ¿Está protegiendo a su hijo en las horas de la tarde si no puede estar con él? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Anima** a su hijo a participar en actividades extracurriculares supervisadas?
2. **¿Se mantiene** en contacto con su hijo por teléfono?
3. **¿Verifica** que haya un adulto cerca de su hijo a quien él pueda acudir, tal como un familiar o un vecino?
4. **¿Habla** sobre situaciones peligrosas y maneras en que su hijo puede evitarlas?
5. **¿Establece** pautas para cuando su hijo está solo en casa: responsabilidades para

llevar a cabo y reglas de qué puede y no puede hacer?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta sí significa que está dando un paso importante para garantizar la seguridad y la productividad de su hijo después de la escuela. Para cada respuesta no, prueba esa idea.

"Lo que todos los niños merecen, y todos nosotros deseamos, es seguridad, amor y posibilidades".

—Alan Robert Neal

Revise la asistencia

Las vacaciones de invierno son un momento ideal para revisar la primera parte del año y hacer planes para la siguiente. Controlar la asistencia de su hijo a clase debería ser parte de este proceso. Si las ausencias se están acumulando:

- **Deje en claro** que asistir puntualmente a todas las clases es una prioridad.
- **Establezca consecuencias.** Explique que faltar a clase sin aviso socava su confianza. En ese caso, usted tendrá que limitar la independencia de su hijo.
- **Haga hincapié** en la necesidad de los hábitos saludables para mantenerse sano y asistir a la escuela.
- **Trabaje con la escuela** si su hijo enfrenta obstáculos con la asistencia.

Busque el punto óptimo de tiempo frente a las pantallas

¿Cuál es el límite adecuado para el tiempo de ocio frente a las pantallas? Un estudio reciente sobre escolares de intermedia encontró que los estudiantes que jugaban en línea durante cuatro o más horas diarias los fines de semana son más propensos a faltar a la escuela que los demás. Por otro lado, aquellos que consumen menos de una hora por día se aburren menos y rinden mejor en la escuela.

Fuente: Rutgers University, "Young teens should only use recreational internet and video games one hour daily," ScienceDaily.

Lea en voz alta regularmente

A los escolares de intermedia suele resultarles más fácil escuchar que leer.

Cuando le lea en voz alta a su hijo, expóngalo a conceptos, ideas y vocabulario nuevos. La clave es hacerlo corto y al punto. Usted puede:

- **Leer un artículo** periodístico en el desayuno.
- **Compartir una idea** sobre algo que usted está leyendo.
- **Escoger un tipo** de libro que su hijo no suele leer, como una biografía. Túrnense para leerla en voz alta unos minutos por día.



Ayudando a los Estudiantes a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1064