

Helping Students Learn[®]

MIDDLE SCHOOL

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



January 2022

Help your child overcome a study slump and regain motivation

Middle schoolers can fall into the “Why work hard?” trap any time, especially in the winter months. Revive your child’s motivation and focus by helping her understand the value of what she’s doing. Reinforce positive habits and build her confidence in her own abilities.

Here’s how:

- **Make connections.** Does your child love video games? Can she imagine working with computers someday? Remind her that solid math skills could be her ticket into that field.
- **Praise solid effort.** When your child works hard on a test or paper, say how proud you are. Middle schoolers may act like they don’t want adults’ approval, but they really do. There’s no motivator like a pat on the back from you.
- **Celebrate progress.** Did your child earn a B on that tough history test after getting C’s in the fall? Prepare a special dinner! Or take everyone out for ice cream. Celebrating the positive results of hard work could be just the boost your child needs to keep striving.
- **Encourage her to challenge herself.** It may be too late to take a different class this year, but it’s time to think about choosing courses for next year. Discuss the possibilities of signing up for a few more rigorous classes.



Was it a mistake or neglect?

There’s a difference between making an honest mistake and neglecting a responsibility. If your child did the even math problems when she was supposed to do the odd ones, she made a mistake and needs to pay more attention to directions. But if she didn’t even try to do the assignment at all:

- **Make** it clear that this is neglect, and it isn’t OK.
- **Remind** her that school is her #1 responsibility.
- **Impose** a consequence that relates to the neglected task.



Source: K. Thomsen, M.S. *Parenting Preteens with a Purpose*, Search Institute Press.

Encourage healthy respect

Teaching your child to have respect for you, himself and others will help him have a better school experience. To instill respect:

- **Demonstrate it**, by treating your child and the people around you fairly.
- **Earn it**, by being reasonable, reliable, firm and loving—not by giving into nagging or acting like your child’s buddy.

Exercise is a smart move

If your middle schooler feels like she has more control over her body, she may feel more in control of her studies as well. In a recent study of 11-year olds, regular physical activity was found to have a positive effect on academic achievement, because it helped students manage their behavior to achieve goals.



If your child says she doesn’t have time to exercise, help her rearrange her schedule so she can fit some physical activity into her day. You could even plan to work out together!

Source: F. Vasilopoulos and M.R. Ellefson, “Investigation of the associations between physical activity, self-regulation and educational outcomes in childhood,” *PLOS ONE*.



Begin preparing now for a bright future

The middle and high school years go by quickly, and students have a lot to learn to be ready for a fulfilling life afterward. To help your child prepare:

- **Model positive work habits**, including promptness, cooperation and responsibility.
- **Encourage him to explore** a variety of interests through classes and activities such as school clubs and volunteering.
- **Have him take** self-assessments that will reveal his strengths, interests and possible career matches. You can find some online or ask a school counselor.
- **Help him go online** to find out the specifics of jobs that interest him, such as education requirements, skills needed and salaries.
- **Research higher education.** Learn more about different options—like technical schools and two- and four-year colleges.
- **Calculate the basic cost** of living (rent, food, clothes, etc.) with your child. Compare it to the average pay of jobs that interest him.



How can I help my child recover from a poor start?

Q: My seventh grader's grades were lower in the first half of the year than he and I would have liked. What can I do to help him finish the school year strong?

A: There is plenty of time left for your son to turn things around. He already knows he's made mistakes, so you don't need to dwell on them. Instead, encourage him to consider this a fresh start. Then, to help him commit to positive school habits:



- **Set reasonable, attainable goals.** For instance, if your child earned all C's last grading period, he could aim for bringing at least some of them up to B's. Help him outline the steps he'll take to do it.
- **Require a daily study time.** It should be when your child is most alert. If he has no assignments due the next day, he can read ahead or rework sample problems.
- **Be strict about bedtime.** If your child always stays up to watch "just one more video" there's a good chance he's not getting enough sleep. Sleepy students don't perform as well academically, so insist that your child head to bed (without digital devices) at a reasonable hour.
- **Monitor his progress.** Don't wait until your child fails a quiz to discover he's struggling in class. Talk together often about what he's learning and encourage him to go early to his teachers for help.

Don't avoid tough topics

Some discussions with your child can be awkward for both of you. But guidance from parents on sensitive topics is important to a child's healthy development. From time to time, explore topics such as these with your middle schooler:

- **The physical and emotional effects** of puberty.
- **Basic facts about sex**, reproduction and your family's values.
- **How your child views** controversial, tragic or disturbing current events.

There's more than one way to encourage reading

Even if your child doesn't read many novels, that's no reason to label her a non-reader. And if you do, she's likely to believe it. There is value in all kinds of reading. If your child reads:



- **Social media** or popular culture articles, she has learned to read for pleasure and interest.
- **Text messages**, she has learned to use reading and writing to communicate.
- **How-to manuals**, she has learned that reading can teach her practical skills.

Encourage a wide variety of reading activities and help your child see herself as a reader.



Are you connecting and communicating?

Some middle schoolers close parents out of important parts of their lives. Are you maintaining a connection with your child that will help keep the lines of communication open? How many of the questions below can you answer?

___ **1. Do you know** the names of your child's teachers and their subjects? Who is her favorite:

_____.

___ **2. Do you listen** to your child's music sometimes? What is her favorite song or group:

_____.

___ **3. Can you name** students your child often eats lunch with? Write one name:

_____.

___ **4. Do you know** who your child texts regularly? Name two friends: _____ and _____.

___ **5. Do you take** your child's worries seriously? Name one of her current concerns:

_____.

How well are you doing?

Ask your child. Show her your answers and talk about them. Can she answer some similar questions about you?

"Communication works for those who work at it."

—John Powell

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 © 2022, 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



Enero 2022

Rowan-Salisbury Schools

Ayude a su hijo a superar un bajón en el estudio y recuperar la motivación

Los escolares de intermedia pueden caer en la trampa de “¿Por qué esforzarse?” en cualquier momento, especialmente durante los meses de invierno. Para reavivar la motivación y el enfoque de su hijo, ayúdelo a comprender el valor de lo que está haciendo. Refuerce los hábitos positivos y desarrolle su confianza en sus propias habilidades.

Hágalo así:

- **Establezca conexiones.** ¿A su hijo le encantan los videojuegos? ¿Puede imaginarse trabajando con computadoras algún día? Recuérdele que tener habilidades de matemáticas sólidas podría ser su boleto hacia esa carrera.
- **Felicite su esfuerzo.** Cuando su hijo se esfuerce en un examen o trabajo, dígame que está muy orgulloso de él. Es posible que los escolares de intermedia actúen como si no quisieran la aprobación de los adultos, pero en realidad sí la quieren. No hay mayor motivación que usted le dé una palmada en la espalda.
- **Celebre el progreso.** ¿Obtuvo su hijo una B en un examen de historia difícil luego de obtener una C en el otoño? ¿Prepare una cena especial! O vayan a tomar un helado. Celebrar los resultados positivos del trabajo duro podría ser el impulso que su hijo necesita para seguir esforzándose.
- **Animelo a ponerse a prueba a sí mismo.** Tal vez sea tarde para cursar una clase diferente este año, pero es momento de pensar en las clases que escogerá el próximo año. Hable de las posibilidades de inscribirse a algunas clases más rigurosas.



¿Fue error o descuido?

Existe una diferencia entre cometer un error honesto y descuidar una responsabilidad. Si su hijo realizó los problemas de matemáticas pares cuando en realidad debía hacer los impares, cometió un error y debe prestar más atención a las instrucciones. Pero si ni siquiera intentó hacer el trabajo:

- **Deje** en claro que eso es un descuido, y no está bien.
- **Recuérdle** que la escuela es su responsabilidad número 1.
- **Imponga** una consecuencia relacionada con la tarea que descuidó.



Fuente: K. Thomsen, M.S. *Parenting Preteens with a Purpose*, Search Institute Press.

Fomente el respeto saludable

Enseñarle a su hijo a mostrar respeto por usted, sí mismo y otros lo ayudará a tener una mejor experiencia en la escuela. Para inculcar respeto:

- **Demuéstrelo** tratando a su hijo y a las personas a su alrededor de manera justa.
- **Gánese**lo siendo razonable, confiable, firme y cariñoso; y no cayendo en la tentación de dar la lata o comportarse como su amigo.

El ejercicio es una jugada inteligente

Si su escolar de intermedia siente que tiene más control sobre su cuerpo, es posible que también se sienta más en control de sus estudios. En un estudio realizado con niños de 11 años, se encontró que la actividad física regular tiene un efecto positivo en el rendimiento académico. Esto se debe a que ayudó a los estudiantes a manejar su comportamiento a fin de alcanzar las metas.

Si su hijo dice que no tiene tiempo para ejercitarse, ayúdelo a reorganizar su horario para que pueda incluir un poco de actividad física cada día. ¡Incluso podrían ejercitarse juntos!



Fuente: F. Vasilopoulos y M.R. Ellefson, “Investigation of the associations between physical activity, self-regulation and educational outcomes in childhood,” *PLOS ONE*.



Comience con la preparación para el futuro

Los años de intermedia y secundaria pasan rápido, y los estudiantes tienen mucho que aprender para prepararse para una vida gratificante luego. Para ayudar a su hijo:

- **Modele hábitos de trabajo** positivos, incluyendo puntualidad, cooperación y responsabilidad.
- **Animelo a explorar** diversos intereses mediante clases y actividades, como clubes escolares y voluntariado.
- **Dígale que haga** autoevaluaciones para identificar sus fortalezas, intereses y posibles carreras relacionadas. Pueden encontrar algunas en internet o pedirselas a un consejero escolar.
- **Ayúdelo a buscar** en internet información sobre los trabajos que le interesan, como los requisitos educativos, las habilidades necesarias y los salarios.
- **Investiguen juntos** la educación superior. Infórmense más sobre diferentes opciones, como escuelas técnicas y universidades de dos y cuatro años.
- **Calcule con su hijo** el costo básico de vivir (alquiler, alimentos, ropa, etc.). Compárenlo con el salario promedio de los trabajos que le interesan.



¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a recuperarse de un mal inicio?

P: Las calificaciones de mi hijo de séptimo grado en la primera mitad del año fueron más bajas de lo que él y yo hubiéramos deseado. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a terminar bien el año escolar?

R: Queda suficiente tiempo para que su hijo revierta la situación. Él ya sabe que cometió errores. Por eso, usted no debe detenerse en ellos. En cambio, anímelo a considerar este momento como un nuevo comienzo. Y para ayudarlo a adquirir hábitos escolares positivos:



- **Establezca metas razonables y alcanzables.** Por ejemplo, si su hijo obtuvo todas C el último trimestre, podría apuntar a subir por lo menos algunas de ellas a una B. Ayúdelo a determinar los pasos que dará para hacerlo.
- **Exija un horario de estudio diario.** Debería ser en el momento en que su hijo esté más lúcido. Si no tiene ningún trabajo para el día siguiente, puede adelantar una lectura o volver a resolver problemas de ejemplo.
- **Sea estricto en cuanto a la hora de acostarse.** Si su hijo siempre se queda despierto para ver “un video más”, es bastante posible que no esté durmiendo suficiente. Los estudiantes soñolientos no rinden a su máximo académicamente. Por eso, insista en que su hijo se acueste (sin ningún aparato electrónico) en un horario razonable.
- **Supervise su progreso.** No espere hasta que su hijo desaprobe una prueba para descubrir que tiene dificultades en una clase. Hablen con frecuencia sobre lo que está aprendiendo y anímelo a pedirles ayuda a sus maestros temprano.

Cuestionario Para Padres

¿Se conecta y comunica con su hijo?

Algunos escolares de intermedia dejan afuera a sus padres de partes importantes de sus vidas. ¿Está manteniendo una conexión con su hijo que ayudará a mantener abiertas las líneas de comunicación? ¿Cuántas de las preguntas a continuación puede responder?

1. **¿Sabe** los nombres de los maestros de su hijo y las materias que dictan? ¿Cuál es su maestro favorito? _____
2. **¿Escucha** la música que le agrada a su hijo algunas veces? ¿Cuál es su canción o banda favorita? _____
3. **¿Puede** nombrar estudiantes con los que su hijo almuerza con frecuencia? Escriba un nombre: _____
4. **¿Sabe** a quién su hijo envía mensajes de texto regularmente? Nombre dos amigos: _____ y _____
5. **¿Toma** las preocupaciones de su hijo con seriedad? Nombre una de sus preocupaciones actuales: _____

¿Cómo le está yendo?

Pregúntele a su hijo. Muéstrelle sus respuestas y hablen sobre ellas. ¿Puede él responder algunas preguntas similares sobre usted?

“La comunicación funciona para los que trabajan en ella”.
—John Powell

No evite los temas difíciles

Algunas conversaciones con su hijo pueden ser incómodas para los dos. Sin embargo, la orientación de los padres respecto a cuestiones delicadas es importante para el desarrollo sano de los niños. De vez en cuando, explore temas como los siguientes con su escolar de intermedia:

- **Los efectos físicos y emocionales** de la pubertad.
- **Datos básicos sobre el sexo**, la reproducción y los valores de su familia.
- **La opinión de su hijo** sobre sucesos de actualidad controvertidos, trágicos o perturbadores.

Hay más de una manera de fomentar la lectura

Aunque su hijo no lea muchas novelas, no hay motivo para que lo rote como una persona a la que no le agrada leer. Y si lo hace, probablemente él crea lo mismo. Todo tipo de lectura es valiosa. Si su hijo lee:



- **Medios sociales** o artículos de cultura popular, ha aprendido a leer por placer e interés.
- **Mensajes de texto**, ha aprendido a usar la lectura y escritura para comunicarse.
- **Manuales prácticos**, ha aprendido que la lectura puede enseñarle habilidades útiles.

Fomente una variedad de actividades de lectura, y ayude a su hijo a considerarse un lector ávido.

Desarrolle el carácter de su hijo cuidadosamente

El carácter de su escolar de intermedia es un trabajo en progreso. Para darle un empujoncito en la dirección indicada:

- **Note y elogie** el comportamiento positivo.
- **Dele recordatorios discretos.** “No me preocuparé por decirte que estudies para el examen de historia. Sé que eres responsable y lo harás sin que te lo recuerde”.

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 © 2022, 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