

# Ayudando a los Estudiantes a Aprender

ESCUELA SECUNDARIA

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



Mayo 2022

Rowan-Salisbury Schools

## Ayude a su joven a averiguar cuánto tiempo le queda realmente al año

Los jóvenes suelen tener un sentido del tiempo diferente al de los adultos. Si su hijo tiene que entregar algo el próximo mes, es posible que crea que le queda mucho tiempo para completarlo. Pero en la primavera, cuando hay que hacer varios proyectos finales, trabajos y exámenes en pocas semanas, muchos estudiantes sienten el apuro.

Para ayudar a su joven a concentrarse en la cantidad de tiempo que realmente tiene disponible para completar los trabajos de fin de año:



- 1. Siéntense con un calendario** y cualquier agenda, cronograma y notas sobre los compromisos que tenga su joven.
- 2. Hagan una lista de los trabajos escolares** que tiene que hacer su joven y lo que tiene que estudiar antes de que termine el año. Pídale que calcule cuánto tiempo (días y horas) le queda para completar estas tareas.
- 3. Recorra al calendario.** Tache todas las partes de los días en los que su joven no pueda hacer el trabajo escolar. Suponga que el plan de su joven era estudiar biología el viernes. Pero cuando consulta sus otros compromisos, se da cuenta de que hay un entrenamiento de softbol de dos horas después de la escuela, y luego tiene agendado cuidar niños. El viernes, ¿sigue contando como día de estudio?
- 4. Mire los compromisos "menores"** también. Si los sábados de su joven suelen incluir unas horas de tiempo libre, ¿va realmente a renunciar a ellas para estudiar?
- 5. Sume la cantidad real de tiempo que queda** para el trabajo escolar y el estudio antes de que termine el año. Es posible que sea menos del que su joven estimaba. Pero ahora su joven podrá hacer un plan realista para terminar todo.



## Hable del respeto en las relaciones

Las relaciones —con un amigo o una pareja— son importantes para los jóvenes. Sin embargo, muchos tienen relaciones abusivas. El abuso puede ser físico, sexual, emocional o verbal, y puede ocurrir personalmente o de manera virtual.

En una encuesta de los CDC realizada a jóvenes, una de cada 11 niñas y uno de cada 14 niños dijeron que habían experimentado violencia física en una relación amorosa el año anterior.

Hable con su joven sobre el papel esencial que desempeña el respeto en las relaciones. Explíquele que las personas que se respetan unas a otras:

- **Se sienten libres** para ser quienes son. Las personas que están en una relación sana aceptan las diferencias

del otro. No tienen miedo de ser directos y honestos el uno con el otro.

- **Toman las decisiones** que afectan a ambos en conjunto. También apoyan y escuchan al otro.
- **Encuentran un equilibrio** en el tiempo que les dedican a sus amigos y a su familia. Una relación en la que dos personas no ven a nadie más que a su pareja no es sana.

Fuente: "Preventing Teen Dating Violence," Centers for Disease Control.

## La indiferencia podría ser un pedido de ayuda

La falta de esfuerzo en la escuela no siempre significa que un estudiante es perezoso. Algunos jóvenes pretenden que nos les importa que les vaya bien para cubrir sus dificultades.

Identificar el problema real es el primer paso para solucionarlo. Si su joven parece estar dándose por vencido en una clase, hable con el maestro. Pregúntele sobre las opciones para ayudarlo. ¿Podría su joven tomar una clase de esa materia durante el verano?

## ¿Hay trabajos para el verano?

Muchos maestros asignan trabajo para las clases del año siguiente que debe entregarse cuando vuelvan a comenzar las clases en el otoño. Antes de que comiencen las vacaciones de verano, pídale a su joven que:



- **Averigüe sobre** los trabajos para el verano y pida aclaraciones si tiene dudas.
- **Consiga los materiales necesarios**, como libros de la biblioteca de la escuela.
- **Empiece con tiempo.** Ayude a su joven a programar tiempo para completar el trabajo.

## ¿Por qué un instituto terciario?

Según la Asociación Americana de Institutos Terciarios, 6,8 millones de estudiantes se inscribieron en 1.044 institutos terciarios (*community college*) de EE. UU. Los estudiantes escogen estos programas de dos años por muchos motivos, incluyendo:

- **Los horarios flexibles**, que les permiten trabajar y estudiar al mismo tiempo.
- **El menor costo** que un programa de cuatro años.
- **El hecho de que es un atajo** para conseguir empleo.

Los institutos terciarios, ¿son una opción adecuada para su joven? Pregúntele a un consejero escolar sobre los cursos y los programas, los costos y las opciones para la transferencia a una universidad de cuatro años.





## ¿Cómo lidiar con compañeros de proyecto que no trabajan?

**P:** El maestro de historia de mi joven asigna muchos proyectos grupales. Sin embargo, en general, no todos los miembros del grupo hacen su parte del trabajo. Mi joven termina haciendo la presentación de diapositivas o alguna otra tarea porque otro miembro del grupo no la hizo. ¿Hay una solución mejor?



**R:** Los proyectos grupales les dan a los estudiantes una oportunidad de aprender el tema mientras aprenden a trabajar con otros, que es una preparación importante para el trabajo. Pero “trabajar con alguien” no significa “trabajar para alguien”. Su joven no debería hacer el trabajo de los demás.

Anime a su joven a hablar con el maestro. No es necesario que dé nombres. En su lugar, su joven debería simplemente decir que hay un problema con algunos miembros del grupo que no hacen su parte y pedir ideas sobre cómo manejarlo. Por ejemplo, su joven podría asegurarse de que las tareas del grupo se dividan de forma equitativa y animar a todos a sentirse parte del proyecto.

Su joven también podría sugerir que el maestro le pida a cada miembro que escriba una descripción de su contribución. O pídale al grupo que describa qué hizo cada integrante. Aunque el maestro no lo pida, el grupo podría hacerlo de todas formas.

Es necesario que su joven sepa que trabajar con el maestro para resolver este problema no es “chismear”. Aprender a tratar con compañeros que no hacen el trabajo es una práctica valiosa para el éxito en la escuela y en los empleos futuros.

### Cuestionario Para Padres

## ¿Potencia la confianza de su joven?

Una de las tareas más difíciles —y más importantes— que deben enfrentar los padres con hijos en la escuela secundaria es ayudar a los jóvenes a valerse por sí mismos. ¿Está preparando a su joven para una independencia responsable? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Involucra** a su joven en decisiones sobre las reglas y las consecuencias?
2. **¿Le enseña** a su joven habilidades de vida básicas, como lavar la ropa y administrar bien el dinero?
3. **¿Ayuda** a su joven a desarrollar habilidades de gestión de proyectos, como planificar pasos, dividir tareas extensas en partes más pequeñas, cumplir con los plazos, etc.?
4. **¿Anima** a su joven a participar en actividades que requieran hablar en público? Esto desarrolla la confianza.

5. **¿Les da** a los jóvenes muchas oportunidades para tomar decisiones dentro de los límites que usted establece?

### ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está criando a su joven para que sea un adulto que se vale por sí mismo. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“No les temo a las tormentas, ya que estoy aprendiendo a navegar en mi barco”.

—Louisa May Alcott

## Use las experiencias del año para establecer metas nuevas

Para motivar a su joven a trazarse metas personales para el próximo año escolar, repasen juntos los buenos y los malos momentos de este año. Comenten:

- **Las expectativas y la realidad.**  
¿Esperaba su joven que le fuera mejor?  
¿Reflejan las calificaciones que obtuvo lo que aprendió su hijo?
- **Las áreas en las que su joven** quiere mejorar. Hagan juntos una lista de metas.
- **Los pasos que seguirá** su joven para alcanzar cada meta. ¿Qué se puede hacer ahora?  
¿Durante el verano? ¿El próximo otoño?

## Fomente el ejercicio saludable

¡No deje que su joven se quede echado todo el verano! Los jóvenes que hacen ejercicio:

- **Obtienen mejores calificaciones.**
- **Son menos propensos** a volverse obesos.
- **Duermen mejor** que los que no se ejercitan.
- **Se estresan menos** y pueden resolver mejor los problemas.

Los estudios revelan que el apoyo de los padres es positivo para la actividad física de los jóvenes.

Fuente: J.E. Moral-García y otros, “Relationship of Parental Support on Healthy Habits, School Motivations and Academic Performance in Adolescents,” *International Journal of Environmental Research and Public Health*.

## Fomente la lectura de verano

Los estudiantes se benefician mucho del tiempo de lectura. Pero en un estudio sobre los hábitos de lectura de los jóvenes en el verano, el 32 por ciento de los niños de entre 15 y 17 años no leían *ningún* libro cuando terminaban las clases. Para que su joven lea en el verano:

- **Vayan a la biblioteca** a menudo. La falta de acceso a los libros es un gran motivo por el que los jóvenes no leen.
- **Reite a su joven** a leer al menos cuatro libros antes de septiembre.



Fuente: *Kids and Family Reading Report: The Summer Reading Imperative*, Scholastic.

## 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 1527-1072