

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Septiembre 2023

Cumberland County Schools

Anime a su joven a descubrir fortalezas y explorar intereses

La escuela secundaria es un momento de descubrimiento. Cuando los estudiantes se toman tiempo para descubrir sobre qué disfrutan aprender y en qué son buenos, dan un paso clave hacia la preparación universitaria y profesional.

Para apoyar este proceso de aprendizaje, anime a su joven a:

- **Leer material variado.** Leer una amplia variedad de materiales lo expone a temas nuevos y posibles objetivos. Sugiera a su joven que lea las noticias, novelas, artículos científicos, biografías, etc.
- **Hacerles preguntas a personas.** Anímelo a preguntarles a los adultos sobre el trabajo. ¿Qué es lo que más les agrada de ese trabajo? ¿Cómo se prepararon? Su joven también podría preguntarles a sus amigos y compañeros de clase sobre sus intereses. ¿Podrían enseñarle una habilidad nueva?
- **Probar diversas materias y actividades.** La manera más fácil de que su joven descubra talentos es probar cosas nuevas. Anímelo a tomar una clase en una materia nueva o a unirse a una organización o actividad nueva. Si le interesa un campo laboral específico, el voluntariado puede ser una manera de aprender más.
- **Investigar.** Sugiera a su joven que investigue en línea sobre temas que suenen interesantes. ¿Qué tipos de trabajos existen relacionados con esas cosas? ¿Qué habilidades requieren? ¿Qué clases debería cursar su joven en la escuela secundaria para dejar abiertas esas opciones profesionales?



Enfóquese en la asistencia desde el inicio

Las investigaciones muestran que el absentismo —perderse más del 10 por ciento del año escolar— casi se ha triplicado en los últimos tres años. Muchos jóvenes piensan que no pasa nada si faltan a clase. Sin embargo, los estudios revelan que los estudiantes que faltan:

- **Se atrasan** porque ya no comprenden el material.
- **Se sienten desconectados** de la escuela.
- **Tienen más probabilidades** de abandonar la escuela secundaria.
- **Tienen menos probabilidades** de inscribirse en estudios superiores.

Los estudiantes que faltan mucho a la escuela a principio de año suelen faltar más que otros niños más adelante.

Por eso, es fundamental que refuerce la importancia de la asistencia con su joven ahora.

Si sospecha que su estudiante podría estar faltando a clase, consúltelo con el maestro. Saber que lo está controlando podría ser la motivación que su joven necesita para asistir a todas las clases.

Fuente: E. Dorn y otros, "COVID-19 and education: An emerging K-shaped recovery," McKinsey & Company; "Chronic Absence: 10 Facts About School Attendance," Attendance Works.

Ayude a su joven a ponerse en modo escolar

Incluso los estudiantes más experimentados podrían necesitar algo de ayuda para reestablecer las rutinas y los hábitos escolares. Para empezar el año sin sobresaltos:



- **Ayude a su joven** a establecer un horario de estudio fijo y a cumplirlo.
- **Ayude a su joven a crear** un cronograma que incluya tiempo para todas las responsabilidades y a usar un calendario para llevar cuenta.
- **Limite las distracciones tecnológicas.** A menos que sea necesario para un trabajo, el teléfono de su joven debe estar en otra habitación mientras estudia y mientras duerme.

Participe de maneras eficaces

Participar de manera activa en la educación de su joven apoya el aprendizaje. Su estudiante se beneficia cuando usted:

- **Expresa** expectativas altas, especialmente sobre el esfuerzo.
- **Conversa** con frecuencia sobre la escuela y lo que está aprendiendo.
- **Se mantiene** al tanto de los cronogramas de trabajos, exámenes y proyectos, y de si su joven está entregando los trabajos a tiempo.



Fortalezca la autodisciplina

Los estudiantes responsables son autodisciplinados, y eso se refleja en sus calificaciones, los resultados de los exámenes y la asistencia. Para promover la autodisciplina:

- **Evite hacer cosas** por su joven que él pueda hacer de manera independiente.
- **No "rescate" a su joven** de las consecuencias. En su lugar, ayúdelo a aprender a pensar en el futuro y a resolver problemas.
- **Fomente las actividades** que desarrollan la autodisciplina, como el deporte y la música.

Fuente: A. Duckworth y M. Seligman, "Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents," *Psychological Science*, SAGE Publications.



¿Cómo ayudo a mi joven a comenzar una escuela nueva?

P: Nos mudamos en el verano y mi joven va a comenzar el nuevo año en una escuela nueva. ¿Qué recomendaciones puedo darle para que la transición académica sea fácil?

R: Comenzar una escuela nueva puede ser emocionante, pero también puede ser una fuente de estrés. A su joven podría ponerlo nervioso perderse y tener que hacer amigos nuevos, además de obtener buenos resultados en las clases. Pero lo académico es una prioridad.

Comparta estas estrategias para ayudar a su joven a empezar de la mejor manera:

- **Llegar a clase listo para aprender.** Su joven debería tener papel, lápices, cargadores y cualquier otro artículo que necesite. Deje claro que también debería completar todas las lecturas asignadas y la tarea antes de que comience la clase.
- **Concentrarse en el aprendizaje, no solo en las calificaciones.** Esto implica pensar en el material además de memorizarlo. Los estudiantes que no comprenden algo o que quieren aprender más deberían hacer preguntas. A los maestros les encanta ayudar; por eso son maestros.
- **Demostrar respeto por sí mismo** y respetar a los demás. Los comportamientos alocados o perturbadores pueden llamar la atención, pero no ayudarán a su estudiante a progresar.

Las preocupaciones de un nuevo año escolar son normales. Pero si su joven va a la escuela preparado y centrado en el aprendizaje, se mantendrá encaminado hacia el éxito académico.



Cuestionario Para Padres

¿Habla sobre las situaciones difíciles?

Los estudiantes de secundaria se enfrentan con frecuencia a situaciones en las que lo divertido o fácil de hacer y lo correcto son diferentes. ¿Habla con su joven sobre cómo abordar esos momentos? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Busca** oportunidades para tener conversaciones casuales con su joven? Estas conversaciones suelen conducir a otras más serias.
2. **¿Habla** con su joven sobre los valores que son importantes para su familia?
3. **¿Deja** claro que quiere que su joven hable con honestidad, especialmente sobre temas serios?
4. **¿Habla** sobre situaciones difíciles a las que su joven podría tener que enfrentarse antes de que sucedan?
5. **¿Ayuda** a su joven a practicar maneras de responder?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron sí, usted está enseñándole a su joven a enfrentarse a problemas difíciles. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

"La independencia no es hacer la tuya; es hacer lo correcto por tu cuenta".
—Kim John Payne

Los hábitos saludables apoyan el éxito en la escuela

Estar cansado, hambriento o perezoso hace que sea más difícil concentrarse en el aprendizaje. Anime a su joven a comprometerse con estos hábitos saludables:

- **Hacer ejercicio a diario.** Hacer actividad física con frecuencia aumenta la atención y la memoria.
- **Dormir suficiente.** Los jóvenes necesitan entre 8 y 10 horas de sueño cada 24 horas.
- **Tomar decisiones alimentarias** saludables. Ayude a su joven a comenzar el día con un desayuno nutritivo, en casa o en la escuela.

Insista en la escritura real

Hoy, las herramientas digitales como ChatGPT pueden escribir trabajos convincentes, y los estudiantes podrían sentir la tentación de hacer de cuenta que los escribieron ellos. Déjele claro a su joven que eso es hacer trampa, incluso si cambia algunas palabras. Luego, hablen sobre por qué las habilidades de escritura son útiles. Aprender a escribir bien ayudará a su joven a:

- **Reforzar las habilidades** de pensamiento.
- **Ser más persuasivo.**
- **Desarrollar habilidades** de comunicación, que son valiosas tanto en el lugar de trabajo como en la escuela.

Fuente: A. Klein, "ChatGPT Cheating: What to Do When It Happens," EducationWeek.



Establezca las reglas básicas

Todas las escuelas tienen reglas que ayudan a garantizar un entorno de aprendizaje positivo. Para ayudar a que este año fluya, deje claro que espera que su joven:

- **Obedezca las reglas de la escuela.** Revisen las reglas y las políticas de disciplina.
- **Obedezca las reglas de la familia.** Los jóvenes a los que se les exige que cooperen en casa tienen más probabilidades de comportarse bien en la escuela. Pídale a su joven su opinión sobre las reglas y hablen de las consecuencias antes de cualquier mal comportamiento.

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.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2023, 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