

# Los Padres™

West Valley School District #208

*¡aún hacen la diferencia!*



## Ayude a su estudiante a evaluar la información que encuentra en línea

Los estudiantes (y los adultos) leen las noticias en fuentes de internet, pero muchas de esas fuentes presentan información incorrecta o sesgada. Es más difícil que nunca distinguir entre información imparcial sobre un producto y un sitio web creado para anunciar ese producto. Y algunos sitios web o cuentas de redes sociales pretenden presentar noticias, pero en realidad están intentando promover un punto de vista en particular.

Un estudio de Stanford muestra que la mayoría de los estudiantes no pueden distinguir entre una noticia y un anuncio publicitario. Tampoco saben distinguir entre un sitio de noticias real y uno que presenta una perspectiva sesgada sobre un tema.

Hable con su hijo de intermedia sobre la importancia de verificar si una fuente de internet es creíble.

Anime a su hijo a:

- **Seguir los enlaces.** ¿El enlace lo lleva a una fuente de noticias confiable? ¿O a un sitio que ofrece solo un punto de vista?
- **Leer más.** A veces, un artículo saca de contexto una oración de otra fuente. Hay que leer la fuente original para que el sentido quede claro.
- **Buscar publicidad encubierta.** Si un artículo contiene la frase “contenido patrocinado”, no es una noticia. Es una publicidad.
- **Mirar la fecha.** Una fuente de 2010 podría tener material preciso sobre la antigua Grecia. Sin embargo, si necesitamos información sobre la economía actual, deberíamos buscar una fuente que sea más reciente.

**Fuente:** *Evaluating Information: The Cornerstone of Civic Online Reasoning*, Stanford University History Education Group.

## Una imagen corporal positiva se asocia con el éxito escolar



En los años de la escuela intermedia se producen muchos cambios, incluidos algunos cambios

físicos. Los niños comienzan a mirarse el cuerpo con otros ojos. Muchas veces, consideran que no les agrada lo que ven.

Los estudios revelan que la imagen corporal afecta de manera significativa el desempeño académico. Para ayudar a su hijo a desarrollar una imagen corporal saludable:

- **No critique su propio cuerpo.** Su hijo podría pensar que criticar cuerpos es normal.
- **No critique el aspecto físico de su hijo.** No use palabras como *gordito* o *escuálido*.
- **Bríndele datos sobre la pubertad.** Muchas veces, los niños aumentan de peso durante la pubertad. Esto es parte del cambio: pasan de tener cuerpo de niño a tener cuerpo de adulto joven.
- **Céntrese en la salud, no en el peso.** Toda la familia debería esforzarse por llevar una alimentación nutritiva. Lo mismo con el ejercicio. Lo importante es estar en forma, no ser flaco.

Si cree que su hijo podría tener un problema con el peso, pida un turno con un médico.

**Fuente:** A. Paolini, “School Counselors: Promoting Healthy Body Image Amongst Adolescents,” *International Journal of School and Cognitive Psychology*, Longdom Publishing.

# Los consejeros escolares pueden ayudar de muchas maneras



Los consejeros escolares se esfuerzan por ayudar a todos los estudiantes a aprender de manera productiva. También están capacitados para ayudar a los estudiantes y a sus familias con una gran variedad de problemas. Contacte a un consejero si su hijo necesita ayuda para:

- **Establecer metas académicas** y seleccionar clases adecuadas.
- **Desarrollar habilidades de estudio.**
- **Volver a encaminarse** luego de enfrentar problemas académicos.
- **Fortalecer las habilidades** para lidiar con los conflictos o el dolor.
- **Hacer planes para la escuela** secundaria y las siguientes etapas.
- **Resolver problemas con amigos.** Esto puede incluir sesiones de

mediación u orientación para su hijo o un grupo pequeño.

- **Explorar carreras** y recibir orientación sobre posibles profesiones.
- **Conectarse con organismos** comunitarios que ayudan a las familias en tiempos de crisis.
- **Contactar a más profesionales** para obtener ayuda con temas académicos y personales.

**Fuente:** "The Essential Role of Middle School Counselors," American School Counselor Association.

**"Puedes hacer cualquier cosa siempre que tengas la pasión, el impulso, el enfoque y el apoyo necesario".**

—Sabrina Bryan

# La participación de la familia es importante en la escuela intermedia



Cuando su hijo era más pequeño, es posible que usted se haya ofrecido como voluntario en clase, haya controlado a su hijo a la hora de hacer la tarea todas las noches y haya forjado vínculos estrechos con la escuela. Pero ahora que su estudiante está creciendo, su enfoque con respecto a la participación en la escuela también debería evolucionar.

Los estudios revelan que los estudiantes de intermedia se benefician de la participación de sus familias en la educación. Sin embargo, durante estos años, algunas cosas que los padres hacen en casa son dos veces más efectivas para apoyar la educación de sus hijos que, por ejemplo, acompañarlos en un viaje que haga la clase u ofrecerse como voluntario de la clase.

Las investigaciones muestran que hay tres actividades que son especialmente eficaces:

1. **Comunicar las expectativas.** Cuando los niños saben que sus familias

creen en ellos y esperan que se esfuercen, su motivación aumenta.

2. **Ampliar lo que se está aprendiendo** en clase. Hable sobre lo que está aprendiendo su hijo. Luego, busque actividades relacionadas. Por ejemplo, ¿podría su hijo aplicar los conocimientos sobre matemáticas para encontrar el recorrido más económico hacia un destino? Esto demuestra la importancia y la relevancia de la educación.
3. **Hablar sobre el futuro.** Su hijo, ¿quiere ser arquitecto, mecánico o diseñador de indumentaria? Ayude a su escolar de intermedia a investigar sobre la educación y la capacitación que necesita para prepararse para las carreras de interés. Recuérdele que, si bien sus planes podrían cambiar, tener una educación sólida es el boleto que necesita para lograr cualquier objetivo.

**Fuente:** D. Viadero, "Scholars: Parent-School Ties Should Shift in Teen Years," Education Week.

# ¿Enseña un uso responsable de las redes sociales?



Cada vez son más los estudiantes de intermedia que están activos en plataformas de redes sociales como YouTube, Tik Tok, Snapchat e Instagram. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguar si usted está reforzando las reglas de uso seguro de las redes sociales:

1. **¿Habla con su hijo** sobre los peligros de compartir información personal en internet?
2. **¿Hace hincapié** en la importancia de ser cauteloso al aceptar solicitudes de seguidores o relacionarse con desconocidos por internet?
3. **¿Comenta con su hijo** por qué no debería publicar ni compartir fotos inapropiadas ni hacer comentarios hirientes en internet?
4. **¿Pone límites** con respecto a cuándo, dónde y durante cuánto tiempo puede usar las redes sociales su hijo?
5. **¿Deja claro** que controlará las actividades en internet para garantizar la seguridad de su hijo?

## ¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su hijo a usar las redes sociales de manera segura. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea del cuestionario.

Escuela Intermedia  
**Los Padres**  
*¡aún hacen la diferencia!*

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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2023, 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.

# El servicio a la comunidad promueve el aprendizaje y desarrolla destrezas



Los estudios revelan que los estudiantes que participan en proyectos de servicio comunitario obtienen mejores calificaciones y tienen un mayor interés en la escuela que quienes no lo hacen. Los voluntarios suelen tener una actitud positiva sobre ellos mismos y su lugar en la sociedad.

Los estudiantes que trabajan como voluntarios:

- **Tienen menos probabilidades** de asumir riesgos peligrosos, como consumir drogas.
- **Tienen la autoestima más alta**, son más responsables y se sienten más conectados con su comunidad.
- **Tienen destrezas sociales más sólidas**.
- **Tienen más probabilidades** de no abandonar la escuela, asisten a clases con regularidad y tienen un buen desempeño escolar.
- **Aprenden habilidades valiosas**, por ejemplo, cómo interactuar con distintos tipos de personas, cómo

resolver problemas y cómo cumplir con sus compromisos.

- **Conocen personas interesantes**, como directores de organismos o empresas. Estos contactos podrían ser referencias de su hijo en el futuro. Anime a su hijo a involucrarse y a beneficiarse de ser voluntario. Podría:

- **Crear conciencia** sobre una causa en redes sociales.
- **Organizar una campaña** para limpiar un lugar al aire libre, como un parque o un patio de juegos.
- **Investigar sobre organizaciones** para crear una huerta comunitaria.
- **Organizar una colecta de libros** en buen estado distribuirlos a bancos de alimentos locales.
- **Juntar objetos** para que alguna organización los distribuya a familias de bajos ingresos.
- **Ayudar a una mujer** que haya tenido un bebé hace poco o a un vecino mayor con las tareas domésticas.

**Fuente:** "Civic Engagement: Benefits for Youth," Youth.gov.

## Actividades diarias útiles para practicar habilidades matemáticas



Los estudios revelan que su actitud hacia las matemáticas puede influir en cómo le va a su hijo en esta materia. Para apoyar a su hijo de intermedia, adopte una actitud positiva y busque maneras de usar las habilidades matemáticas todos los días. Estas son algunas ideas para lograrlo:

- **Para aritmética**, pídale a su hijo que mire la factura de una compra de supermercado y que sume cuánto se gastó en vegetales. Si compra comida hecha para la cena, pídale que calcule la propina.
- **Para la medición**, deje que su hijo tome cualquier medida que necesite del hogar. Esto podría incluir calcular el área de una habitación, duplicar una receta, hallar la altura de las plantas o cualquier cosa que

ayude a su hijo a sentirse más competente y cómodo al tomar medidas.

- **Para estadística**, anime a su hijo a leer gráficas e interpretarlas. Hay muchos ejemplos en artículos periodísticos.
- **Para los cálculos aproximados**, pídale a su hijo que lo ayude a planear un viaje en carro. ¿Puede calcular la cantidad aproximada de combustible que necesitará o la hora a la que llegarán teniendo en cuenta las millas por hora y la distancia recorrida? Cuando uno de los dos esté haciendo una tarea, como barrer una habitación, pídale a su hijo que calcule aproximadamente cuánto tiempo tomará. Luego, compare su respuesta con el tiempo que llevó la tarea realmente.

**Fuente:** V. Thompson y K. Mayfield-Ingram, *Family Math: The Middle School Years*, Lawrence Hall of Science, University of California at Berkeley.

**P:** La escuela ha comenzado hace varios meses, y siento que no estoy al tanto de cosas tales como la tarea y los próximos exámenes. ¿Cómo puedo mantenerme informado sobre lo que mi hijo está haciendo académicamente sin parecer entrometido?

### Preguntas y respuestas

**R:** Recuerde: es su derecho saber qué está haciendo su hijo en la escuela, así que no se está entrometiendo. Está siendo un padre que participa en la vida de su hijo.

Para mantenerse informado:

- **Hable con su hijo.** Pida una actualización sobre las clases. Cuanto más sepa sobre ellas, más cómodo se sentirá para hablar sobre ellas. Si su hijo no quiere hablar sobre la escuela todos los días, destine 15 minutos a una charla semanal. Le dará a su estudiante una oportunidad para actualizarlo. Y si se está gestando algún problema, tendrá una oportunidad para contárselo.
- **Lea todo lo que la escuela le envíe.** Consulte las plataformas de comunicación en línea de la escuela y visite el sitio web. Siga a la escuela y al distrito en redes sociales. Estas son las maneras más eficaces de mantenerse informado sobre los cambios en las políticas de la escuela, entre otras cosas.
- **Manténgase en contacto** con los maestros de su hijo. Si no ha tenido la oportunidad de conocerlos personalmente, envíeles una nota y preséntese. Incluya su número de teléfono y su correo electrónico, y pídeles sus datos de contacto.
- **Asista a los eventos y talleres** escolares remotos y presenciales cuando pueda. Es la manera ideal de conectarse con el personal de la escuela y con otros padres, y de averiguar qué está sucediendo en la escuela.

# Enfoque: habilidades de lectura

## Comparta estrategias de lectura con su hijo



Los estudiantes de intermedia deben saber cómo leer para entender el significado. También es necesario que puedan

identificar la idea principal y hacer inferencias (leer entre líneas).

Los estudios demuestran que aproximadamente uno de cada cuatro estudiantes de intermedia no puede hacer eso.

Para fortalecer las habilidades de lectura, anime a su estudiante de intermedia a:

- **Hacer preguntas.** Los buenos lectores son curiosos. Antes de leer un trabajo, su hijo debería echarle un vistazo y mirar las imágenes y las palabras en negrita. ¿Qué preguntas plantean? Al leer, su hijo debería anotar cualquier pregunta adicional que se le ocurra. Después de leer, debería ser capaz de responder esas preguntas.
- **Aprender palabras nuevas.** Su hijo debería escribir las palabras con las que no esté familiarizado y el significado.
- **Encontrar la idea principal.** Durante la lectura, su hijo debería ser capaz de identificar la idea principal. ¿Qué detalles aporta el autor para respaldarla?
- **Trabajar en la fluidez.** Los estudiantes de intermedia deberían poder leer entre 100 y 160 palabras por minuto, dependiendo de la dificultad del texto. Busque artículos cortos que podrían interesarle a su hijo y tómese el tiempo de lectura. Luego, rételo a leer más rápido y comprender la idea principal de todos modos.

**Fuente:** A.G. Boardman, *Effective Instruction for Adolescent Struggling Readers*, Florida Center for Reading Research.

## Tres ajustes pueden asegurar que su hijo siga leyendo

Los años de la escuela primaria ya quedaron atrás, y se acerca la escuela secundaria (tal vez incluso su hijo comience el próximo otoño). Tenga en cuenta el avance de su hijo hacia la edad adulta cuando le recomiende material de lectura.

Para fomentar una lectura que alimente su comprensión madura del mundo:

1. **Lean artículos periodísticos** todos los días. Para aprovechar la capacidad más sofisticada de su hijo de intermedia de comprender y preocuparse por los acontecimientos actuales, comparta al menos un artículo periodístico de interés con su hijo. Rételo a compartir un artículo por día con usted también.
2. **Organice un club de lectura** de padres e hijos. Pídale a su hijo que escoja un libro para leer y comentar juntos. Esto demuestra que usted



considera que leer es importante y que valora las ideas de su hijo.

3. **Busque libros sobre niños** de la edad de su hijo que estén marcando una diferencia. Los estudiantes de intermedia están comenzando a pensar sobre su lugar en el mundo y la diferencia que pueden marcar.

## Las 'películas mentales' pueden mejorar la comprensión lectora



A muchos estudiantes de intermedia les resulta difícil concentrarse en las palabras que leen.

Crear una "película mental" puede ayudarlos a recordar mejor el material. Para mostrarle a su hijo cómo hacer una película mental:

1. **Escoja un poema o cuento** que esté repleto de lenguaje rico en imágenes sensoriales. Pruebe con el poema "El paseo de medianoche de Paul Revere" de Longfellow.
2. **Busque imágenes en internet** que preparen la escena y muéstreles a su hijo. (La Iglesia Old North todavía puede visitarse en Boston).

3. **Lea el texto en voz alta.** Mientras lee, pídale a su estudiante de intermedia que imagine cómo sería si fuera una película.
4. **Pídale a su hijo** que haga uno o dos dibujos de una de sus escenas favoritas.

Luego, sugiera este mismo enfoque para las lecturas asignadas. Ayude a su estudiante a imaginar la escena antes de leer sobre George Washington. ¿Cuánto frío hacía en Valley Forge?

Crear imágenes mentales ayudará a su hijo a prestar atención a los detalles y recordar mejor la lectura.

**Fuente:** D. Wilson y M. Conyers, "Brain Movies: When Readers Can Picture It, They Understand It," Edutopia.