

GUÍA PARA PADRES DE ESTUDIANTES DE ESCUELA INTERMEDIA



Estimados padres:

Los años de la escuela intermedia son unos de los más importantes en términos de crecimiento y desarrollo. Para los padres, estos años son, a menudo, unos de los más emocionantes y difíciles.

Este folleto les dará la información que necesitan para ayudar a su hijo a tener éxito, no solamente académicamente, sino también a crecer y prosperar. Con su apoyo y su dirección, su hijo tendrá, con seguridad, una gran experiencia en la escuela intermedia.

Nota importante:

El término college se usa con frecuencia en este folleto. El mismo se refiere a todas las diferentes opciones de educación superior en los Estados Unidos, incluyendo colegios comunitarios, instituciones académicas y universidades que otorgan títulos de dos, cuatro o más años de estudios.

Sabemos que a muchos niños los están criando los abuelos o tutores. Para simplificar, el término "padre" se refiere a cualquier persona que está a cargo de ellos.



GUÍA PARA PADRES DE ESTUDIANTES DE ESCUELA INTERMEDIA

Contenido

Manténgase informado.....	4
Trabaje con el personal de la escuela de su hijo.....	6
Ayude a su hijo a tener éxito.....	8
Brinde orientación y apoyo.....	10
Proporcione pautas, y establezca límites sobre la tecnología.....	12
Apoye la salud mental de su estudiante.....	13
Hablen sobre las opciones de carrera y de college.....	14

WOODBURN PRESS

Copyrighted Material
All Rights Reserved

Manténgase informado

Manténgase informado sobre los temas que siguen, y consulte con regularidad el sitio web de su escuela para obtener noticias y actualizaciones.



Calendario escolar

Cada escuela tiene un calendario que muestra cuándo comienzan y terminan los períodos de calificaciones, cuándo no habrá clases por días festivos y vacaciones, y las fechas de eventos importantes. Asegúrese de que estas fechas estén escritas en su calendario en línea o impreso en casa.

Políticas de asistencia

Si su hijo va a estar ausente más de un par de días y sus maestros no publican los proyectos asignados en línea, vea si la escuela tiene un procedimiento para obtener los proyectos. Si su hijo tiene una enfermedad prolongada o un problema de salud crónico, proporcione al personal de su escuela la documentación necesaria.

Cursos

Además de las materias académicas básicas (lectoescritura, matemáticas, ciencias, estudios sociales), los estudiantes de escuela intermedia pueden tomar materias optativas como arte, música, un curso de computación, banda, orquesta o un idioma mundial. En algunas escuelas también se ofrece más de un nivel de una materia o curso específico. Por ejemplo, puede haber un curso de matemáticas avanzado para estudiantes que sobresalen en matemáticas.

Si su hijo está teniendo dificultades académicas o no tiene suficientes desafíos, pregunte al consejero escolar si podría haber cursos o programas más apropiados para su nivel de aprendizaje.

Si alguna vez tiene alguna pregunta sobre los cursos de su estudiante o le preocupa su progreso académico, hable con su consejero.

Reglas escolares/código de conducta

La mayoría de los estudiantes comprende que las reglas son necesarias y las siguen. Para los estudiantes que desobedecen las reglas, hay consecuencias que varían desde la detención hasta la expulsión. El acoso escolar y la intimidación nunca se permiten en la escuela, aunque a veces pueden ser un problema en la escuela intermedia. Si su hijo alguna vez se queja de haber sido víctima de acoso escolar o de intimidación, averigüe exactamente qué sucedió. Luego, decidan juntos cómo manejar mejor la situación.

Actividades extracurriculares

Los estudios demuestran que los estudiantes que participan en actividades extracurriculares disfrutan más de la escuela y tienen mejor desempeño académico. Descubra qué actividades están disponibles en la escuela intermedia de su hijo y anímelo a participar en una o dos.



Mire todos los informes de calificaciones

Además de las boletas de calificaciones, muchas escuelas también brindan a los estudiantes informes de progreso, informes interinos o calificaciones intermedias. Espere ver un informe intermedio a la mitad del semestre y un informe de calificaciones final poco después de que finalice el período de calificación. Si no ve un informe intermedio o un informe de calificaciones, llame a la escuela de inmediato y solicite una copia. No asuma simplemente que alguien se comunicará con usted si hay un problema.

Pruebas estandarizadas

A menudo se exige a los estudiantes de escuela intermedia que sean objeto de exámenes estandarizados. El personal de las escuelas utiliza los puntajes de estas pruebas para evaluar el desempeño de los estudiantes y mejorar sus programas educativos. Si bien las pruebas varían de un estado a otro y de una escuela a otra, en todas las pruebas estandarizadas se comprueba el desempeño de los estudiantes con los promedios estatales y nacionales.

Los resultados de los exámenes de los estudiantes se proporcionan a los padres; sin embargo, los puntajes de los exámenes a veces son difíciles de entender. Asegúrese de recibir todos los resultados de los exámenes de su hijo y de comprender los puntajes. Si tiene preguntas, comuníquese con el consejero de su hijo.

Trabaje con el personal de la escuela de su hijo



Apoye a los maestros, consejeros y administradores de la escuela de su hijo, y trabaje con ellos. Al igual que usted, quieren que su estudiante tenga una experiencia positiva y gratificante en la escuela intermedia.

Apoye al personal de la escuela de su hijo

Lo que dicen y hacen los padres determina en gran medida la actitud de un niño hacia la educación y la escuela. Su estudiante necesita saber que usted apoya a los maestros y administradores de su escuela y que considera que la educación es una prioridad absoluta. Podrá transmitir mejor su interés por la educación y su apoyo al personal de la escuela de su hijo al hacer lo siguiente:

- ▶ Insista en que su estudiante asista a la escuela todos los días.
- ▶ Muestre interés en lo que su hijo esté estudiando.
- ▶ Espere que su hijo alcance su potencial.
- ▶ Hable sobre la importancia de obtener una buena educación.
- ▶ Asista a todos los programas para padres y reuniones de padres y maestros.
- ▶ Muestre interés constante en el progreso académico de su hijo.

Comuníquese con el personal de la escuela de su hijo

Nunca dude en pedir información o ayuda. Si hay una situación que podría estar afectando negativamente la actitud o el rendimiento escolar de su hijo (como un problema de salud, un deceso en la familia o un divorcio), comuníquese con el consejero de su hijo y explíquele la situación.

Ayude a su estudiante a resolver problemas

Poder obtener respuestas a sus preguntas y resolución a sus problemas ayuda a los estudiantes a ganar confianza y a hacerse más independientes. También les da una sensación de empoderamiento. Si su hijo tiene una pregunta o un problema, ayúdelo a descubrir cómo solucionarlo por sí solo. *Si bien desea ayudar a su hijo a ser más independiente, también es importante que sepa que usted siempre está disponible si necesita su ayuda.*

Aproveche al máximo las reuniones de padres y maestros

Las reuniones de padres y maestros constituyen una excelente oportunidad para que los padres den y reciban información. Los maestros pueden proporcionar información sobre el desempeño de un estudiante en una clase específica, y los padres pueden compartir información que ayudará a los maestros a comprender mejor a su hijo. Antes de asistir a una reunión de padres y maestros, haga una lista de la información que desea compartir, junto con cualquier pregunta o inquietud que pueda tener. También pregunte a su hijo si hay algo sobre lo que deba hablar con el maestro.

A continuación, se presentan algunos temas sugeridos sobre los cuales hablar entre padres y maestros, junto con preguntas específicas para hacer.

- ▶ **Asistencia y puntualidad:** ¿Mi hijo está en clase puntualmente todos los días?
- ▶ **Organización:** ¿Mi estudiante parece organizado?
- ▶ **Participación en clase:** ¿Mi hijo hace preguntas, ofrece respuestas voluntariamente y participa en debates?
- ▶ **Tarea escolar:** ¿Mi hijo completa la tarea escolar en su totalidad, con precisión y puntualmente?
- ▶ **Gestión del tiempo en el salón de clases:** ¿Mi hijo utiliza de manera inteligente el tiempo de clase?
- ▶ **Enfoque:** ¿Mi estudiante presta atención en clase?
- ▶ **Éxito académico:** En general, ¿cómo le está yendo a mi hijo en esta clase? ¿Está trabajando a su máximo potencial?
- ▶ **Adaptación social:** ¿Mi estudiante es respetuoso y cortés con los maestros y compañeros de clase? ¿Se lleva bien con los demás estudiantes?
- ▶ **Fortalezas y debilidades:** ¿Cuáles son las fortalezas de mi hijo? ¿En qué necesita trabajar?
- ▶ **Comentarios adicionales:** ¿Tiene alguna sugerencia o consejo para mí o mi hijo? ¿Cuál es la mejor manera de comunicarme con usted si tengo una pregunta o inquietud?

Ayude a su hijo a tener éxito

Los estudiantes de escuela intermedia necesitan que sus padres estén interesados e involucrados en su progreso académico. Usted puede hacer lo que sigue para ayudar a su hijo a tener éxito.

Ayude a su estudiante a establecer metas

Al comienzo de cada período de calificación, ayude a su hijo a determinar qué calificación debería poder obtener de manera realista en cada curso. Establecer metas ayuda a su hijo a comprender cuáles son sus expectativas y le proporciona algo específico para esforzarse por lograr.



Proporcione útiles escolares y un lugar para estudiar

Asegúrese de que su estudiante cuente con los útiles que necesita: una mochila, carpetas, cuadernos, agenda, calculadora, bolígrafos y lápices. También debe disponer de un lugar tranquilo, bien iluminado y cómodo para estudiar.

Establezca límites y fronteras

Los adolescentes necesitan que sus padres establezcan reglas y límites. Los estudiantes de escuela intermedia también necesitan comprender que serán responsables de sus acciones y conducta. Aunque los jóvenes a menudo se quejan de las reglas y restricciones de sus padres, saber que tienen un padre que se preocupa lo suficiente como para asegurarse de que mantengan el rumbo da a los adolescentes una sensación de seguridad muy necesaria.

Insista en la asistencia diaria

Cuando los estudiantes faltan a la escuela, se pierden conferencias, apuntes, debates en clase, proyectos asignados, cuestionarios y exámenes. No importa cuán concienzudos sean los estudiantes a la hora de ponerse al día con su trabajo, nunca podrán recuperar todo lo que se pierdan. Si su hijo no quiere ir a la escuela, o si usted está observando un patrón de excusas para faltar a la escuela, hable con él y con su consejero.

Ayude a mejorar las habilidades de organización

Con más maestros, más clases, más tareas y más actividades, es importante que los estudiantes de escuela intermedia desarrollen buenas habilidades de organización. Cuando los estudiantes están organizados, obtienen mejores calificaciones y tienen más tiempo para sus familiares y amigos.

- ▶ Asegúrese de que su hijo tenga un fólder, carpeta o cuaderno que esté claramente etiquetado para cada clase. Cree un archivo en casa para los trabajos, cuestionarios y exámenes devueltos que su hijo quiera conservar.
- ▶ Anime a su hijo a usar una agenda estudiantil, un cuaderno de proyectos asignados o una agenda para realizar un seguimiento de esos proyectos. Revíselo de manera periódica para asegurarse de que su hijo lo esté usando correctamente.
- ▶ Si su estudiante tiene mucha tarea escolar, ayúdelo a organizar y priorizar los proyectos asignados.
- ▶ Recuerde a su hijo que coloque los papeles, folletos y proyectos asignados en el fólder o carpeta adecuado. Nunca debe colocar papeles sueltos dentro de libros o en una mochila.

Abordar eficazmente con la tarea escolar

Los estudiantes deben ser responsables de realizar un seguimiento de sus proyectos asignados, completarlos con precisión y entregarlos a tiempo. Si su hijo no está haciendo su tarea escolar como debe, primero hable con él para asegurarse de que la tarea no sea demasiado difícil o que no haya ningún problema con la clase. A continuación, necesita idear un plan en el que completar la tarea escolar se convierta en responsabilidad de su hijo y, si no la completa, en problema de su hijo.

Proporcione apoyo académico

Todos los estudiantes necesitan estímulo, apoyo y un poco de ayuda adicional de vez en cuando. Esté disponible para ayudar si su hijo está estancado o necesita que alguien revise un ensayo, escuche un discurso o lo ayude a repasar para un examen. Sin embargo, no brinde más ayuda de la que su hijo le pida y, si su hijo no hace algo, no acuda automáticamente al rescate. Si usted lo hace, su hijo no sentirá la necesidad de ser responsable en el futuro.

Brinde orientación y apoyo

Los consejos e información que siguen le ayudarán a guiar y apoyar a su hijo durante los años de escuela intermedia.

Ayude a su hijo a desarrollar una imagen saludable de sí mismo

Los estudiantes cambian mucho físicamente durante la escuela intermedia. Debido a que maduran a ritmos muy diferentes, los estudiantes de escuela intermedia tienen una amplia variedad de tipos y tamaños de cuerpo. Si aún no lo ha hecho, tenga una conversación franca sobre la pubertad. Asegure a su hijo que estos cambios, al igual que su crecimiento y desarrollo, son normales.

Tenga paciencia con el mal humor

Los estudiantes de escuela intermedia a menudo experimentan cambios del estado de ánimo. Estos cambios del estado de ánimo son el resultado normal de los cambios en su cuerpo y de su necesidad de descubrir cómo encajar en este nuevo y complicado mundo de la escuela intermedia. Los padres pueden ayudar mejor a sus hijos al proporcionarles aliento, apoyo, amor y un ambiente estable en el hogar.

Apoye el desarrollo social

Los amigos son muy importantes para los estudiantes de escuela intermedia, y muchos de ellos pasan mucho tiempo hablando por teléfono, y con amigos. Debido a que “encajar” es tan importante para los estudiantes de escuela intermedia, con frecuencia son susceptibles a la presión por parte de sus compañeros y a las imágenes y mensajes que reciben de los medios. La presión de los compañeros y los mensajes en los medios de comunicación influyen menos sobre los estudiantes que tienen una imagen positiva de sí mismos. Por ende, es importante que los padres ayuden a sus hijos a desarrollar un fuerte sentido de quiénes son.

Si bien convivir con amigos es muy importante para los estudiantes de escuela intermedia, hacer cosas con sus padres y familias les brinda una muy necesaria sensación de seguridad.

Esté consciente e informado

Se ha abierto un mundo por completo nuevo para los estudiantes de escuela intermedia, y este es a menudo el momento en el que pueden sentirse tentados a probar cosas nuevas.

Cuando su hijo salga de casa, sepa con quién va a estar, adónde va a ir y qué estará haciendo.

Cuando los niños saben que sus padres los vigilan, se sienten menos tentados a hacer cosas que no debieran.



Comuníquese con su hijo

Comunicarse con estudiantes de escuela intermedia puede ser un desafío. Esté disponible para escuchar cuando su hijo quiera hablar. Asimismo, busque los momentos en los que es más probable que su hijo esté abierto a la conversación (como después de llegar a casa de la escuela o antes de acostarse).

Enseñe responsabilidad

Los estudiantes de escuela intermedia necesitan comprender que una mayor independencia conlleva una mayor responsabilidad. Base la cantidad de libertad que se da a su hijo en qué tan responsablemente actúa. También hable con su hijo sobre la importancia de tomar buenas decisiones, incluso cuando sea difícil. Ayúdelo a descubrir qué hacer en situaciones específicas. Por ejemplo, antes de que le ofrezcan drogas o alcohol su hijo debe saber lo que va a decir y hacer. Asegúrele que siempre puede usar a usted como excusa: *“Acabo de recibir un mensaje de texto de mi mamá y tengo que llegar a casa”*.

Proporcione consecuencias apropiadas

Los niños cometen errores y, a veces, eligen incorrectamente. Comprender que las malas elecciones y decisiones tienen consecuencias forma parte del crecimiento. Cuando su hijo haya tomado una mala decisión o cometido un error, utilice consecuencias lógicas siempre que sea posible. Por ejemplo *“No tienes permitido jugar videojuegos después de las 9:00 p.m., así que no habrá videojuegos mañana”*. No retire una actividad positiva, como los deportes, como una consecuencia.

Proporcione pautas, y establezca límites sobre la tecnología

Los niños a menudo saben más de tecnología que sus padres, pero aún necesitan que sus padres les proporcionen pautas y establezcan límites.



Proporcione pautas

- ▶ Recuerde a su hijo que nunca publique información personal en línea, como su nombre completo, edad, dirección, número de teléfono o escuela.
- ▶ Haga que su hijo le muestre su perfil y analice qué información es apropiada (e inapropiada) para publicar en las redes sociales.
- ▶ Recalque la importancia de la privacidad. El acceso al perfil de su hijo debe limitarse a las personas que él conoce.
- ▶ Hable sobre cómo todo lo que se publica en Internet se hace público, y permanece ahí para siempre. Recuerde a su hijo que no publique nada en línea que no quiera que vea un familiar, maestro o entrenador.
- ▶ Asegúrese de que su hijo sepa que usted espera que use la tecnología de manera responsable y que nunca publique, envíe ni comparta nada que sea inapropiado o hiriente para los demás.

Establezca límites

- ▶ Exija que todos los dispositivos electrónicos estén apagados durante los momentos familiares.
- ▶ Utilice software de control parental para filtrar contenido inapropiado, bloquear sitios web y/o vigilar las redes sociales.
- ▶ Si le preocupa que su hijo esté haciendo publicaciones y enviando mensajes de texto a altas horas de la noche, considere exigir que los teléfonos estén conectados para recargarlos en una ubicación central de su casa una hora antes de acostarse.
- ▶ Considere hacer que su hijo firme un contrato de seguridad en Internet. (Hay varios ejemplos disponibles en línea.)

Apoye la salud mental de su estudiante

Ya sea que su hijo esté feliz y saludable en general o esté teniendo problemas con su salud mental, es importante que haga todo lo posible para ayudarlo a sentirse seguro y apoyado.

Sea abierto y esté consciente

Anime a su hijo a hablar sobre cómo se siente, en especial si algo parece molestarle. Recuerde, los jóvenes a menudo no acuden a sus padres cuando algo está mal. Por eso es tan importante que hable regularmente con su adolescente para ver cómo están yendo las cosas.

Asegúrese de que su hijo cuide de su cuerpo

Hacer ejercicio con regularidad, comer una dieta saludable y dormir lo suficiente tienen repercusiones positivas en la salud mental. Los estudiantes de escuela intermedia deben dormir entre 8 y 10 horas cada noche.

Ayude a su hijo a lidiar con el estrés

El estrés forma parte de la vida cotidiana, pero demasiado estrés puede tener efectos negativos en la salud de su hijo. Anímelo a tomarse un tiempo para relajarse y recargar energía, pero más importante aún, esté disponible para escuchar. Los problemas de los estudiantes de escuela intermedia a veces pueden parecer problemas menores para los adultos, pero los estudiantes a menudo no los consideran menores. Escuche con atención, no juzgue y esté disponible si su hijo necesita desahogarse o simplemente hablar.

No descuide su propia salud mental

Para apoyar a su hijo durante su transición a la adolescencia, usted también necesita estar en su mejor momento. Cuídese, tómese un tiempo para relajarse y recuerde reconocer aquello por lo que está agradecido. *Si usted o su hijo alguna vez necesita más ayuda de la que pueden brindarse por sí mismos, hable con su médico o con un profesional de salud mental. No hay necesidad de ir por ahí solo.*



Hablen sobre las opciones de carrera y de college

Los estudiantes necesitan que sus padres los ayuden a explorar y evaluar sus opciones de carrera y educación.

Identifique habilidades e intereses

Como padre, usted conoce a su hijo mejor que nadie. Por lo tanto, usted puede ser un recurso inestimable para ayudar a su hijo a identificar sus intereses, talentos, fortalezas y valores.



Ayude a su hijo a ver cómo sus rasgos de personalidad y habilidades pueden ser activos valiosos en la carrera adecuada. Recuerde, hay muchos talentos que no se miden o evalúan directamente en la escuela, como la capacidad de trabajar con personas, el liderazgo y la creatividad.

Exploren opciones de carrera

Tómese un tiempo para ayudar a su estudiante a explorar sus opciones de carrera, y anímelo a hacer lo siguiente.

Lean y realicen investigaciones en línea. Para ayudar a su hijo a obtener información sobre carreras específicas, visiten www.bls.gov/ooh. Este sitio web gubernamental proporciona información precisa y actualizada sobre cientos de carreras.

Hablen al respecto. Hable con su hijo sobre lo que usted quería ser cuando tenía la edad de él, y cómo sus sentimientos cambiaron a lo largo de los años. Anime a su hijo a preguntar también a otros miembros de la familia sobre sus carreras. ¿Qué hacen? ¿Cómo se prepararon para su carrera?

Considere una evaluación de intereses

Si su hijo desea ayuda para determinar qué áreas de carrera podrían ser adecuadas para él, realizar la breve prueba de interés en mynextmove.org puede brindar a su hijo algunas ideas.

Hablen sobre las opciones educativas

Casi todas las carreras requieren educación y/o capacitación más allá de la educación de la escuela secundaria general. Algunas carreras requieren un título de college de cuatro años; otras requieren sólo uno o dos años de educación adicional. La elección de carrera de un estudiante a menudo determinará qué opción educativa es la más apropiada. Anime a su hijo a continuar su educación después de la escuela secundaria y a pensar en cuál de las siguientes opciones educativas podría ser mejor para él.

Programa de carrera-tecnología en la escuela secundaria. En casi todas las escuelas secundarias se ofrecen programas de carrera-tecnología en diversos campos de carrera, como asistencia médica, computación, oficios especializados y negocios. Estos programas son más apropiados para estudiantes que prefieren un enfoque de aprendizaje más práctico.

College de dos años. Los colleges de dos años ofrecen programas asequibles y orientados a la carrera que permiten a los estudiantes comenzar su carrera después de dos años de college o menos. Los estudiantes también pueden asistir a un college comunitario durante uno o dos años y luego transferirse a un college de cuatro años para obtener una licenciatura.

College de cuatro años. Un título de college de cuatro años puede abrir puertas y brindar una amplia variedad de oportunidades de carrera. Si bien los colleges de cuatro años varían mucho en tamaño, costos, políticas de admisión y especialidades ofrecidas, todos quieren estudiantes que estén preparados para el trabajo de nivel college.

Escuela de carrera/comercial. Las escuelas de carrera y comerciales ofrecen programas a corto plazo en una amplia variedad de campos de carrera. Si bien algunos programas duran sólo unas pocas semanas, otros se completan en hasta dos años.

Programa de aprendices. Los estudiantes que prefieren un enfoque práctico de aprendizaje pueden considerar solicitar un programa de aprendices. Los aprendices aprenden un oficio especializado mediante una combinación de instrucción en el salón de clases y capacitación en el trabajo.



**GUÍA PARA
PADRES DE
ESTUDIANTES
DE ESCUELA
INTERMEDIA**

WOODBURN PRESS

woodburnpress.com

Item 111-S