

March 2016

Middle Years

Working Together for School Success



Short Stops

School (still) comes first

Spring is just around the corner! As the days warm up, your middle grader may be tempted to enjoy the weather instead of studying or going to school. Let her know you expect her to keep up her schoolwork and attendance. Discuss ways she could feel refreshed, like reorganizing her study space or doing homework outdoors.

Late bloomer?

If your child isn't developing as fast as his peers, he may feel self-conscious. Reassure him that his body will catch up. Share your experience—if he's a late bloomer, it's likely one of his parents was, too. Then, suggest he focus on what he can control, such as staying healthy by eating well and exercising.

A humble attitude

Being humble makes it easier for your tween to accept feedback from teachers and coaches and to ask others for assistance. Putting others' needs first is one way to practice humility. For example, she might help a younger sibling with homework even if she'd rather watch YouTube videos.

Worth quoting

"The way to get started is to quit talking and begin doing." *Walt Disney*

Just for fun

Q: What gets bigger the more you take from it?

A: A hole.



Ready for future careers

Fifty years ago, no one could have predicted the jobs of today. And it's likely to be the same for the jobs of tomorrow. Help your middle grader prepare for a world of change with these suggestions.

Know how to learn

Equip your child to pick up new skills as he goes. When he needs to figure something out, have him brainstorm ways to get information or instructions that will help. This will teach him not to give up if his first idea doesn't work. If he's stuck on a science project, for example, he might consult library books, talk to an aunt in the field, or look online.

Be information-smart

On the job, your middle schooler may need to analyze and understand large amounts of information. He can practice now when he reads material for classes. For instance, he should read with specific questions in mind—looking for the answers will keep him focused. Also,



making an outline of the important points could help him concentrate on the information that matters most.

Work with diverse groups

Your child will likely collaborate with people very different from him at work. When he does group projects, point out that including people from other backgrounds can make his team stronger since they'll bring different viewpoints to the table. Also, encourage him to look for what he has in common with others. Classmates may be from different cultures but have the same favorite school subject or enjoy similar hobbies. 👍

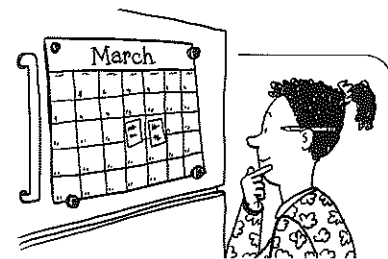
Standardized test success

Your child will probably take standardized tests around this time of year. Here are helpful tips:

- Have your tween post the test schedule on your refrigerator so she'll know the dates she'll be tested on each subject.

- Encourage your middle grader to pay close attention to directions. Many tests require students to go beyond filling in a bubble—she may be asked to show her work on a math problem or select two answers on a multiple-choice question.

- Even if a test is not timed, she should work steadily and avoid spending too much time on a single item so she doesn't get frustrated. When she is finished, she can go back to skipped questions and also double-check her work. 👍



Dealing with dilemmas

Middle graders may sometimes be unsure about the right thing to do, from handling friendship issues to facing peer pressure. Encourage your child to make good decisions with these strategies.



she shouldn't). Also, suggest she put herself in the other person's shoes. If she were being bad-mouthed, would she want to know?

Tip: Help your tween understand that there's not always a perfect answer—just a better one for her.

Think through choices. When no answer seems right, talking things through can help. Perhaps your tween doesn't know whether to tell her friend that a classmate said something behind her back. Ask what would happen if she told (the friend may be hurt and the classmate would probably get mad) or didn't tell (her friend might keep trusting someone

to do what's best in the moment. She might know something is wrong, but not know how to get out of it. Role-play scenarios, and brainstorm ways to respond. Say friends want her to distract a store clerk while they steal makeup. She could describe the consequences ("We could be arrested," "I could be kicked off the track team") or go to the restroom and call you, giving her time to avoid the situation. 👍

Plan ahead. Wanting to fit in may make it hard for your child

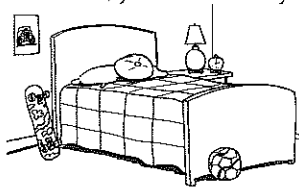


Q & A Middle graders need more sleep

Q My son gets decent grades, but his teachers say he's always sleepy and has trouble concentrating. Any suggestions?

A If he's eating well and shows no signs of illness or drug abuse, he may just be tired. The average 13-year-old needs as much as 10 hours of sleep every night.

During adolescence, your son's body signals him to go to sleep and wake up later than normal. So,



he may have to train himself to fall asleep earlier. Choose a bedtime when it's easy for him to doze off. Then, move bedtime 15 minutes earlier for a few nights in a row. To make his new sleeping schedule simple to follow, your son should get up at the same time every day.

If your child still has trouble concentrating even with more sleep, contact his pediatrician. 👍

Music to my ears

Music offers a fun way to connect with your tween. Try these ideas.

Make a family playlist

Have everyone pick songs they like and put them together on one list. Let your child show you how—he's probably the expert! Then, turn on your playlist when everyone can sing or dance along (say, while doing chores together).

Hold a lip sync contest

Ask each person to choose a family-friendly song and practice mouthing the lyrics along with it. Pick a date to perform your songs for each other, and vote for a winner.

Name that tune

Listen to the radio or a playlist, and award a point to the person who names each song the fastest. Give an extra point to the first one to name the band or artist. 👍



Parent to Parent Learn challenging words

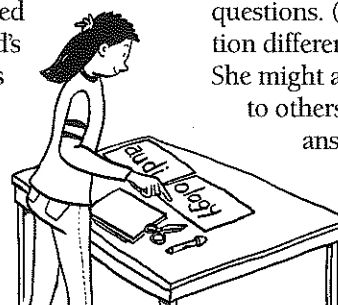
My middle schooler comes across some tough vocabulary terms in her classes. When Melanie got frustrated, I suggested she ask her teachers for ideas on how to approach learning the words.

One teacher encouraged her to think about a word's root. For instance, *audi* is the root of *audible*, *audiology*, and *auditorium*. Piecing together the definitions of the root word (*audi* = hearing, listening, sound) and any prefix or suffix

(*ology* = a subject of study) will help her grasp the meaning.

Another teacher said she should try to use these words as much as possible to get familiar with them. For example, she could quiz herself with open-ended questions. ("How is an *exothermic* reaction different from an *endothermic* one?") She might also use them when talking to others about homework or giving answers in class.

Melanie has been using her words around the house, too—and now we're all learning new vocabulary! 👍



OUR PURPOSE

To provide busy parents with practical ideas that promote school success, parent involvement, and more effective parenting.

Resources for Educators, a division of CCH Incorporated
 128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
 540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
 www.rfeonline.com
 ISSN 1540-5540

Marzo de 2016

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

La escuela (sigue siendo) lo primero

¡La primavera está a la vuelta de la esquina! Cuando los días empiezan a ser más cálidos, puede que a su hija le tiende disfrutar del buen tiempo en lugar de estudiar o de ir al colegio. Dígale que usted se espera que siga al corriente en sus estudios y que no falte a clase. Comenten cómo puede sentirse renovada, por ejemplo puede reorganizar su lugar de trabajo o hacer los deberes al aire libre.

¿Retos tardíos?

Si su hijo no se está desarrollando tan rápidamente como sus compañeros quizá se sienta algo cohibido. Asegúrele que su cuerpo se pondrá al día. Comparta con él su propia experiencia: si él es un retoño tardío, lo más probable es que uno de los padres también lo fuera. A continuación sugiérole que se concentre en lo que puede controlar, por ejemplo en comer bien y hacer ejercicio para estar sano.

Una actitud humilde

Si su hija es humilde le será más fácil aceptar los comentarios de sus maestros y entrenadores y pedir ayuda a los demás. Dar prioridad a las necesidades de otras personas es una manera de practicar la humildad. Por ejemplo, podría ayudar a su hermanita a hacer los deberes aunque le apetezca más ver videos de YouTube.

Vale la pena citar

“La manera de empezar es dejar de hablar y comenzar a hacer”. *Walt Disney*

Simplemente cómico

P: ¿Qué crece según le quitas?

R: Un hoyo.



Listos para las carreras del futuro

Hace cincuenta años nadie había pronosticado los empleos que hoy son necesarios. Y es probable que ocurra lo mismo con los empleos de mañana. Estas sugerencias ayudarán a su hijo a prepararse para un mundo en cambio mientras está en la escuela media.



Saber qué aprender

Prepare a su hijo a adquirir nuevas habilidades. Cuando necesite descifrar algo, dígale que proponga ideas para conseguir información o instrucciones que le ayuden. Esto le enseñará a no rendirse si su primera idea no funciona. Si se atasca en un proyecto de ciencias, por ejemplo, podría consultar libros de la biblioteca, hablar con una tía que trabaje en ese campo o buscar en la red.

Ser hábil con la información

En el trabajo su hijo tendrá que analizar y entender enormes cantidades de información. Puede practicar ahora cuando lea el material para sus clases. Por ejemplo, debería leer teniendo en cuenta preguntas específicas

pues se mantendrá centrado al buscar la respuesta. Hacer un esquema de los puntos más importantes puede ayudarle a concentrarse en la información más relevante.

Trabajar con diversos grupos

Su hijo tendrá que colaborar con personas muy distintas a él en su futuro empleo. Cuando haga trabajos en grupo dígale que incluya a gente de otros ambientes que reforzarán a su equipo al aportar diferentes puntos de vista. Anímelo también a que identifique lo que tiene en común con los demás. Algunos compañeros quizá procedan de culturas distintas, pero les gusta la misma materia en el colegio o lo pasan bien con aficiones semejantes. 👍

Triunfar en los test estandarizados

Puede que su hija tenga que hacer exámenes estandarizados en esta época del año. He aquí algunos útiles consejos:

- Dígale a su hija que coloque el horario de los test en la nevera para que recuerde en qué fecha tendrá el examen de cada materia.
- Anímela a que preste atención a las instrucciones. Muchos test exigen a los estudiantes que hagan algo más que rellenar círculos: quizá le pidan que enseñe su razonamiento en un problema de matemáticas o que seleccione dos respuestas en una pregunta de elección múltiple.
- Aunque el test no tenga límite de tiempo, su hija debería trabajar ininterrumpidamente y evitar dedicar demasiado tiempo a una sola pregunta para no exasperarse. Cuando termine puede volver atrás a las preguntas que se saltó y repasar su trabajo. 👍



Enfrentarse a los dilemas

Los estudiantes de la escuela media a veces no están seguros de qué es lo que deben hacer, desde lidiar con asuntos relativos a las amistades hasta hacer frente a la presión de los compañeros. Anime a su hija a tomar buenas decisiones con estas estrategias.



enoje) o si no se lo dijera (su amiga sigue confiando en alguien en quien no debería confiar). Sugíerale también que se ponga en la situación de la otra persona. Si alguien hablara mal de ella, ¿querría saberlo?

Consejo: Explique a su hija que no siempre hay una respuesta perfecta, sino sólo la que es mejor para ella.

Piensa en tus opciones. Cuando ninguna respuesta le parece adecuada, le será útil hablar del asunto. Quizá su hija no sabe si debe decirle a su amiga que una compañera de clase ha dicho algo a sus espaldas. Pregúntele qué sucedería si se lo dijera (la amiga quizá se sienta herida y la compañera probablemente se

Planea con anticipación. Si su hija se empeña en encajar puede resultarle difícil hacer lo que es mejor en ese momento. Quizá sepa que algo está mal, pero no sabe cómo salir del compromiso. Representen posibles escenarios y propongan ideas para responder. Digamos que sus amigas quieren que distraiga al empleado de una tienda mientras ellas roban maquillaje. Podría describir las consecuencias (“Podrían detenernos”, “Me expulsarían del equipo de atletismo”) o ir al baño y llamarla a usted, dándole tiempo para evitar la situación. 👍

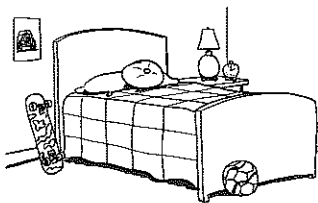
Los estudiantes de la escuela media tienen que dormir más

P Mi hijo saca buenas notas, pero sus maestros dicen que siempre tiene sueño y le cuesta concentrarse. ¿Qué me sugieren?

R Si su hijo come bien y no tiene síntomas de enfermedad o de uso de drogas, quizá esté simplemente cansado. El niño típico de 13 años necesita hasta unas 10 horas de sueño cada noche.

Durante la adolescencia el cuerpo de su hijo le envía señales para irse a dormir y despertarse más tarde de lo normal. Es posible que tenga que aprender a dormirse antes. Elijan una hora de acostarse cuando le sea fácil adormecerse. Luego cada noche anticipen 15 minutos la hora de acostarse. Para que pueda seguir con facilidad este horario, su hijo debería levantarse a la misma hora cada día.

Si su hijo sigue teniendo dificultad en concentrarse a pesar de dormir más, consulte con su pediatra. 👍



Me alegra oír eso

La música es una forma entretenida de conectar con su hijo. Ponga a prueba estas ideas.

Hagan una lista de canciones

Cada miembro de la familia elige canciones que le gusten y las pone en una lista de reproducción. Que su hijo le enseñe a hacerlo, ¡probablemente es un experto! A continuación reproduzcan sus listas y canten o bailen al compás (por ejemplo, mientras hacen las tareas de casa).

Concurso de fonomímica

Cada uno de ustedes selecciona una canción conocida y a continuación mueven los labios fingiendo que dicen la letra mientras suena la canción. Elijan una fecha para cantarse las canciones y voten por el ganador.

Nombra esa canción

Escuchen la radio o una lista de reproducción y denle un punto a la persona que diga el título más rápidamente. Den un punto extra al primero que diga el nombre de la banda o del artista. 👍



De padre a padre

Aprender palabras complejas

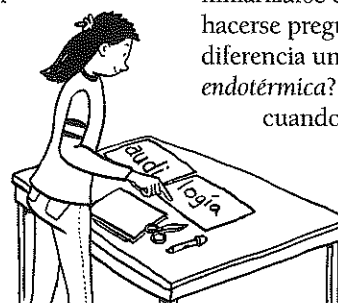
Mi hija se encuentra con palabras difíciles en sus clases. Cuando Melanie se desanimó, le sugerí que pidiera a sus maestros ideas para estudiar las palabras.

Una maestra la animó a que pensara en la raíz de la palabra. Por ejemplo, *audi* es la raíz de *audible*, *audiología* y *auditorio*. Unir las definiciones de la raíz (*audi* = oír, escuchar, sonido) y cualquier prefijo o sufijo

(*logía* = el estudio de una materia) le ayudará a captar el significado.

Otra maestra dijo que procurara usar esas palabras tanto como pudiera para familiarizarse con ellas. Por ejemplo, podría hacerse preguntas abiertas. (“¿En qué se diferencia una reacción *exotérmica* de una *endotérmica*?”) También podría usarlas cuando hable de los deberes o de respuestas en clase.

Melanie también usa sus palabras en casa ¡y ahora todos aprendemos nuevo vocabulario! 👍



NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5359