

November 2020

Middle Years

Working Together for School Success



Short Stops

Attendance matters

Missing even a few classes — whether they're in person or online—can have a snowball effect. Not only does being absent make it hard for your child to keep up, but chronic absenteeism is linked with a higher dropout rate. Make sure your middle grader knows you expect him to be in every class every day, unless he's sick or there's a family emergency.

Digital manners

Before your tween sends a text, post, or email, suggest that she ask herself, "Is this nice? Would I say it in person?" If the answer to either question is no, it's a good idea to reword. *Tip:* If she feels the need to type a disclaimer like "No offense, but ..." she probably shouldn't hit "send."

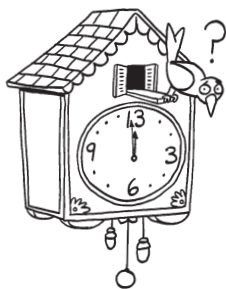
When parents disagree

Children who hear their parents arguing can feel stressed and insecure. Try to avoid topics that cause tension when your middle schooler is within earshot. If he does overhear an argument, offer reassurance: "We were upset, but we worked it out. And we still love each other and you."

Worth quoting

"Go confidently in the direction of your dreams!" *Henry David Thoreau*

Just for fun



Q: What time is it when the clock strikes 13?

A: Time to get a new clock.

Fine-tune your study routine

A good study routine helps your middle schooler manage her workload and make the best use of her time. Use these ideas to help her develop one that works for her.

Set the scene

For one week, challenge your tween to do "quality checks" of her study sessions. She can write down distractions (TV, text messages), note how she feels when she loses focus (fidgety, hungry), and pinpoint time wasters (searching for school supplies, choosing a snack). Together, brainstorm solutions. Maybe she can silence electronics, set a timer to take breaks, and gather supplies and snacks before she starts working.

Always have a plan

Your middle grader could find a regular time to study each day that fits with mealtimes and other activities. It might be at 5 p.m. most days and 7 p.m. on Wednesdays when your family eats dinner early. Then, she can start each session by listing specific tasks and how long she expects them to take. "Do 12



algebra practice problems (30 minutes)" instead of "Study for math test."

Personalize the approach

The "right" way to study is different for every student. Suggest that your child experiment with study methods to find her favorites. She might notice whether she stays on task better when she studies alone or if she learns more in a study group. Or maybe she'll try reading notes silently and out loud. She may realize that silent reading is faster but that she remembers more when she sees *and* hears the material. 👍

On common ground

As your child gets older, you can stay close by discovering routines and activities to share. Here's how:

- Choose things you do regularly, like eating and exercising, and try to do them with your tween. For instance, have breakfast together before he leaves for school. Or if he's doing online school, aim to sync your lunch breaks. Invite him to join you on your next run, or offer to shoot baskets with him.

- Look for common interests. Does your middle grader like music you enjoyed at his age? Play "Name That Tune" to see who can shout out titles and artists first. Or did he stream a TV series you loved when it originally aired? Make up trivia questions about the show, and try to stump each other. 👍



Focus on mental health

Strong coping strategies can help your tween navigate difficult situations—including a pandemic. Share these techniques for boosting his mental health.

Let it out. If your middle grader feels anxious or sad, writing may make his feelings more manageable. Suggest that he keep a journal, write poetry or song lyrics, or jot concerns on slips of paper to drop in a “worry jar.” Also, talk to him regularly about his feelings, and



share your own thoughts. (“I miss working in the office with my colleagues, but it’s nice to work in comfy clothes.”)

Look for the good. When your tween is stressed, encourage him to close his eyes, take deep breaths, and visualize one positive thing that happened today. Maybe he got to video chat with a friend he hasn’t seen in a while. Thinking about good times can make worries seem less intense.

Find humor. Laughter is a proven mental health booster. Your middle schooler might decorate his bedroom wall with things that make him chuckle, such as comic strips or funny pictures. He could even draw his own comics or write silly captions for photos. Ask him to show you the jokes, and enjoy a good laugh together. 🍷

Parent-teacher conferences

There are many great reasons to take part in conferences with your middle grader’s teachers. Here are four.

1. You’ll help your child succeed. Students do their best when parents and teachers work together. Making a personal connection sets the stage for a strong partnership.

2. You’ll get to share information. Hearing about life at home gives the teacher insight into your tween.



“Lucy’s two younger siblings are also doing remote learning.”

3. You’ll learn what’s expected. Knowing what your middle schooler needs to master helps you support her. Ahead of time, ask if she has questions for her teachers.

4. You’ll send a good message. Taking time to attend conferences shows your tween that school is important to you. *Tip:* Share teachers’ nice comments with her. (“Mr. Walker said you make excellent points during class discussions.”) 🍷



Parent to Parent

A STEM-powered race

My son Tony loves STEM club, and he asked if we could do STEM challenges at home. So we decided we’d hold a family competition to engineer the best balloon-powered car.

Tony used a paper cup for the body of his car, chopsticks for the axles, and wagon-wheel pasta noodles for the wheels. He poked a hole in the bottom of the cup and threaded an uninflated balloon through the hole. Then, he blew it up and let go—the car whizzed across the room as the air left the balloon.

I made my car out of an empty cream cheese tub, knitting needles, and thread spools. It didn’t go as far as any of my kids’ cars—but Tony helped me redesign it so it would go a lot farther.

Next, we’re going to see who can build the biggest house of cards that stands on its own. 🍷



Q&A Raise a lifelong learner

Q My daughter told me I’m lucky that I don’t have to do school-work or take tests anymore. How can I help her understand that learning is lifelong?

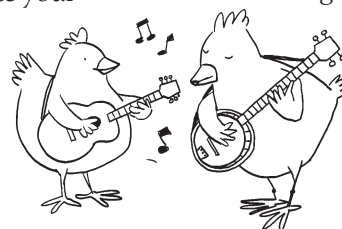
A Knowing that she’ll keep learning throughout life can motivate your daughter to do better in school.

Share with her what you learn each day. You might mention a new cash register system you’re being trained

on at work, an article you read about the Mars rover, or a podcast on food trends that you listened to in the car. Show enthusiasm for learning new things—it may rub off on your child!

Then, talk about how she’ll keep learning outside of class. If she wants to get a puppy, she’ll need to research training tips.

Or if she loves playing guitar, maybe she’ll teach herself to play other instruments like the ukulele and the banjo. 🍷



OUR PURPOSE

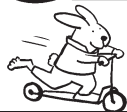
To provide busy parents with practical ideas that promote school success, parent involvement, and more effective parenting.

Resources for Educators,
a division of CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5540

Noviembre de 2020

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

La asistencia es importante

Faltar a clase—tanto presencial como en la red—puede desencadenar todo tipo de problemas. Las ausencias dificultan que su hijo vaya al día, pero además las ausencias crónicas están relacionadas con el abandono de los estudios. Cerciórese de que su hijo sepa que usted da por sentado que irá a clase a diario, a menos que esté enfermo o que se produzca una emergencia familiar.

Modales digitales

Antes de que envíe un texto, un comentario o un correo electrónico, sugiérale a su hija que se pregunte: “¿Es esto cortés? ¿Lo diría cara a cara?” Si responde no a cualquiera de esas preguntas, será buena idea expresarlo de otra forma. *Consejo:* Si cree que debe añadir una advertencia como “No te lo tomes a mal, pero ...” probablemente no debería pulsar “enviar”.

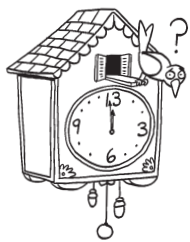
Cuando los padres no están de acuerdo

Los hijos que oyen discutir a sus padres pueden sentirse estresados e inseguros. Procuren evitar temas que causan tensión cuando su hijo puede oírlos. Si escucha una discusión, tranquilícenlo: “Estábamos disgustados, pero ya lo hemos resuelto. Y nos queremos y te queremos”.

Vale la pena citar

“¡Avanza con confianza en la dirección de tus sueños!” *Henry David Thoreau*

Simplemente cómico



P: ¿Qué hora es cuando el reloj da las 13?

R: La hora de comprar un reloj nuevo.

Afinar los hábitos de estudio

Unos buenos hábitos de estudio contribuyen a que su hija gestione su carga de trabajo y aproveche su tiempo lo mejor posible. Usen estas ideas para ayudarla a que desarrolle un sistema que se ajuste a sus necesidades.

Prepara el ambiente

Rete a su hija a que durante una semana haga “controles de calidad” a sus sesiones de estudio. Puede escribir sus distracciones (TV, mensajes de texto), anotar cómo se siente cuando se desconcentra (inquieta, hambrienta) e identificar cosas que le hacen perder tiempo (buscar materiales para el colegio, elegir un tentempié). Piensen en posibles soluciones. Puede tal vez silenciar los aparatos electrónicos, ponerse un cronómetro para tomarse descansos y reunir los materiales y los tentempiés antes de empezar a trabajar.

Ten siempre un plan

Su hija puede decidirse por un horario regular para estudiar cada día que encaje con las horas de las comidas y otras actividades. Podría ser a las 5 de la tarde la mayoría de los días y a las 7 los miércoles porque su familia cena temprano. Luego puede empezar cada sesión haciendo una



lista de tareas específicas y de cuánto cree que tardará en terminarla. “Hacer 12 problemas de álgebra (30 minutos)” en lugar de “Estudiar para el examen de matemáticas”.

Personaliza tu método

La forma “correcta” de estudiar es diferente para cada estudiante. Sugiérole a su hija que experimente con métodos de estudio hasta encontrar sus favoritos. Podría fijarse en si se concentra mejor cuando estudia sola o si aprende mejor con un grupo de estudio. O quizá pruebe a leer notas en silencio y en voz alta. Tal vez se dé cuenta de que si lee en silencio va más rápido, pero que recuerda mejor cuando ve y oye el material. 👍

En terreno común

Su hijo va creciendo, pero usted puede seguir cerca de él descubriendo hábitos y actividades para compartir. He aquí cómo:

- Elija cosas que hace con regularidad cómo comer y hacer ejercicio y procure hacerlas con su hijo. Por ejemplo desayunen juntos antes de que se vaya al colegio. Si está trabajando en internet, intenten sincronizar sus pausas para almorzar. Invítelo a que lo acompañe cuando usted salga a correr o bien ofrézcase para lanzar tiros a canasta con él.
- Busquen intereses comunes. ¿Le gusta a su hijo la música con la que usted disfrutó a su edad? Jueguen a “Di qué canción es” para ver quien puede decir antes los títulos y los artistas. ¿Vio él una serie de televisión que le gustó a usted cuando la pusieron por primera vez? Inventen preguntas sobre el programa y pregúntenselas para ver quién sabe más. 👍



Concéntrense en la salud mental

Su hijo podrá sobrellevar las situaciones difíciles, incluso una pandemia, si cuenta con destrezas para hacer frente a las dificultades. Comparta con él estas técnicas para fortalecer su salud mental.

Desahógate. Si su hijo se siente angustiado o triste, poner sus sentimientos por escrito quizá los haga más manejables. Sugírela que lleve un diario, que escriba poesía o letras de canciones o que anote sus problemas en tiras de papel y los meta en el “frasco de las preocupaciones”. Así mismo,



hablen regularmente de sus sentimientos y comparta con él lo que usted piense. (“Echo de menos trabajar en la oficina con mis compañeros, pero es agradable trabajar con ropa cómoda”.)

Busca el lado bueno. Cuando su hijo se sienta estresado, animelo a que cierre los ojos, respire hondo y visualice una cosa buena que le ocurrió hoy. A lo mejor habló por videoconferencia con un amigo al que hace tiempo que no ha visto. Pensar en los buenos tiempos puede conseguir que las preocupaciones parezcan menos intensas.

Encuentra humor. Está comprobado que la risa refuerza la salud. Su hijo podría decorar la pared de su habitación con cosas que le hagan reír como tiras cómicas o fotos divertidas. Incluso podría dibujar sus propias historietas o escribir pies de foto chistosos para las fotos. Pídale que le enseñe los chistes y disfruten juntos de unas buenas carcajadas. 👍

Reuniones de padres y maestros

Hay muchas y buenas razones para participar en reuniones con los maestros de su hija. He aquí cuatro.

1. Ayudará a su hija a triunfar en sus estudios. Los estudiantes dan lo mejor de sí mismos cuando sus padres y sus maestros colaboran. Establecer una conexión personal prepara el campo para una colaboración sólida.

2. Compartirán información. Cuando la maestra está al tanto de la vida en su hogar, conoce mejor a su hija. (“Lucy tiene dos hermanos más pequeños y los dos estudian también a distancia”.)

3. Se enterará de cuáles son las expectativas. Si usted sabe qué tiene que dominar su hija, le será más fácil apoyarla. Pregúntele con tiempo si tiene preguntas para sus maestros.

4. Enviará un mensaje positivo. El hecho de que se tome tiempo para asistir a las reuniones le demuestra a su hija lo que le importan sus estudios. *Consejo:* Comparta con ella los comentarios positivos de sus maestros. (“Mr. Walker dijo que contribuyes ideas excelentes durante los debates en clase”.) 👍



De padre a padre

Carreras con el poder de STEM

A mi hijo Tony le encanta el club de STEM y me preguntó si podíamos hacer en casa desafíos de STEM. Decidimos celebrar una competición en nuestra familia para diseñar el mejor auto impulsado por un globo.

Tony usó un vaso de papel para la carrocería, palillos chinos para los ejes y ruedas de pasta para las llantas. Hizo un agujero en la base del vaso y ensartó un globo sin inflar por el agujero. A continuación lo infló y lo soltó: el auto cruzó la habitación a toda velocidad mientras el aire salía del globo.

Yo hice mi carro con un recipiente vacío de crema de queso, agujas de tejer y carretes de hilo. No recorrió tanta distancia como los carros de mis hijos, pero Tony me ayudó a rediseñarlo para que fuera más lejos.

A continuación vamos a ver quién puede construir la casa más alta de naipes que se sostenga exenta. 👍



PER Educar para aprender

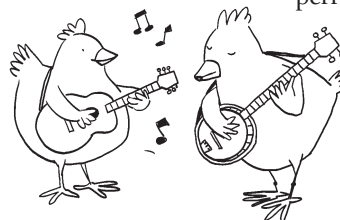
P Mi hija me dijo que tengo suerte porque no tengo que hacer deberes para la escuela o exámenes. ¿Cómo puedo ayudarla a que entienda que aprendemos toda la vida?

R Saber que seguirá aprendiendo toda su vida puede motivar a su hija a esforzarse más en sus estudios.

Comparta con ella lo que aprende cada día. Podría mencionarle un nuevo sistema de cajas registradoras para el que la entrenan en su trabajo,

un artículo que leyó sobre el robot explorador de Marte o un podcast sobre tendencias en alimentación que escuchó en el auto. Demuestre entusiasmo por aprender cosas nuevas, ¡puede que se le contagie a su hija!

Luego hable de cómo puede seguir aprendiendo fuera de clase. Si quiere un perrito, tendrá que investigar ideas para entrenarlo. O si le gusta tocar la guitarra podría aprender a tocar otros instrumentos como el ukelele o el banjo. 👍



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
800-394-5052 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5559