

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Febrero 2021

Sierra Charter School

Los recursos nemotécnicos pueden ayudar a su joven a memorizar datos

Los recursos nemotécnicos son estrategias de aprendizaje para memorizar información. Si su joven alguna vez ha recitado "Treinta días tiene septiembre ..." para recordar la cantidad de días que tiene cada mes, ha usado un recurso nemotécnico. Los recursos nemotécnicos funcionan mejor cuando los estudiantes están familiarizados con el material, pero necesitan una manera de recordarlo con facilidad. Hay diversos tipos. Sugiera a su joven que pruebe estos recursos:



- **Mapeo.** Dígle a su joven que haga un mapa mental de su casa. Luego puede conectar cada dato en su mente a un lugar específico. Para recordarlos, puede caminar mentalmente por la casa.
- **Música.** ¡Funcionó muy bien para enseñar el alfabeto! Dígle a su joven que aprenda datos calve al ritmo de una canción popular, y nunca los olvidará.
- **Acrósticos.** La primera letra de cada palabra representa un artículo de una lista que debe memorizarse. Por Poco Me Dan Salsa Roja, por ejemplo, indica el orden de las operaciones matemáticas: *paréntesis, potencias, multiplicación, división, suma, resta.*
- **Dividir.** Es más fácil recordar partes pequeñas de información. Por eso, dígle a su joven que divida las listas largas de datos en grupos más pequeños.
- **Cadenas.** Su joven puede crear una historia chistosa que una toda la información que debe recordar. Cada dato debería conducirlo al próximo.

Fuente: E. Heerema, MSW, "9 Types of Mnemonics to Improve Your Memory," Verywell Health, niswc.com/high_remember.



Fomente la motivación, pero no la fuerza

Usted no puede hacer que su joven se sienta motivado. Pero sí puede crear condiciones que lo ayuden a aumentar su motivación. Aquí tiene algunas cosas que debería y no debería hacer:

- **Relacionar** las metas de su joven con la tarea en cuestión. Por ejemplo, esforzarse en el trabajo de lengua fortalecerá sus habilidades de escritura. Y eso podría hacer que las composiciones de admisión a la universidad le resulten más fáciles.
- **Hablar** de los problemas con su joven. Ayúdelo a encontrar una solución en lugar de imponérsela.
- **Reconocer** el esfuerzo y ayudar a su joven a pensar en lo bien que se siente lograr algo.
- **No dar la lata** ni perder los estribos. No funciona, y creará distancia entre usted y su joven.
- **No siempre** salir al rescate de su joven. Deje que asuma las consecuencias de sus acciones, o inacciones.

Fuente: J. Nelsen y L. Lott, *Positive Discipline for Teenagers*, Three Rivers Press.

Participe todos los días

Aunque usted no comprenda el material de clase de su joven, puede apoyar su aprendizaje todos los días. Los estudiantes se benefician cuando los padres:

- **Les hacen preguntas.** ¿Qué le está funcionando este año? ¿Qué no le está funcionando?
- **Mantienen expectativas altas.**
- **Se mantienen al tanto** de la clase, los exámenes y las fechas de los proyectos. Preguntar, "Tienes un examen de química mañana, ¿verdad?" le recuerda a su joven que usted le está prestando atención.

Enseñe a evaluar las fuentes

Su joven probablemente pueda encontrar cualquier tipo de información que quiera en línea. Pero eso no significa que esa certera. Por eso, es fundamental que sepa cómo evaluar las fuentes. Recuérdele que:



- **Considere el objetivo.** El sitio, ¿vende un producto o fomenta una opinión o ideología?
- **Compare sitios.** Comparar dos o tres sitios sobre un tema similar puede ayudarlo a ver los límites de cada uno.
- **Busque publicidades.** Si hay una barra lateral que dice "contenido patrocinado", se trata de un anuncio.

Eche luz sobre el carácter

Los estudios revelan que hay ciertos rasgos del carácter que pueden aumentar las probabilidades de éxito académico. Para promover el:

- **Autocontrol,** asígnele a su joven responsabilidades significativas.
- **Optimismo,** ayúdelo a buscar maneras en las que puede mejorar las cosas.
- **Curiosidad,** muestre interés en lo que está aprendiendo. "Guau, ¿el pez cebrado puede regenerar sus aletas? ¿Qué más puede hacer?" Sugiera a su joven que investigue en línea para averiguar más.



Fuente: P. Tough, *Helping Children Succeed: What Works and Why*, Houghton Mifflin Harcourt.



¿Qué debo hacer si a mi joven no le agrada un maestro?

P: Mi joven está teniendo dificultades para tener una buena relación con uno de sus maestros. No le han agradado otros maestros en el pasado, pero esta vez parece peor. Todo lo que mi joven dice sobre él es negativo. ¿Qué debería hacer?

R: Los estudiantes de secundaria cursan muchos tipos de clases con distintos tipos de maestros. Es posible que se crucen con un maestro que simplemente no les agrada. Lo mejor que puede hacer para ayudar a su joven es empoderarlo para que aborde la situación él mismo.

Para guiarlo en el camino:

- **Escuche a su joven.** Dígame que no es necesario que le agraden todos sus maestros, pero sí tiene que aprender a trabajar con personas que no le agradan. Afirmele que él puede hacerlo.
- **Ayúdelo a pensar** sobre lo que podría estar causando el problema. ¿Desearía que el maestro le haga más comentarios sobre su trabajo? ¿Siente que el maestro lo trata de manera diferente a él en comparación con sus compañeros? Recuerde que está escuchando el punto de vista de su hijo únicamente.
- **Anime a su joven** a pedirle una reunión al maestro. Puede comentarles las cuestiones que ha identificado y trabajar con él para buscar soluciones.
- **Continúe observando y escuchando.** ¿Está mejorando la situación? De lo contrario, podría pedir una reunión entre usted, el maestro y su joven.



Cuestionario Para Padres

¿Promueve la responsabilidad cívica?

Los jóvenes quieren hacer que el mundo sea un lugar mejor. Pero no siempre saben cómo marcar una diferencia, o incluso si pueden hacerlo. ¿Le está enseñando a su joven cómo hacer contribuciones positivas? Responda *sí* o *no* a estas preguntas:

1. **¿Habla** con su joven de los derechos y responsabilidades, y de la relación entre ellos?
2. **¿Le dice** a su joven claramente que usted espera que sea honesto con todos?
3. **¿Hace énfasis** en la necesidad de tomar la decisión correcta, aunque no sea la popular?
4. **¿Habla** con su joven sobre los sucesos de actualidad y le pregunta qué opina de ellos?
5. **¿Anima** a su joven a tomar medidas pacíficas y adecuadas si está preocupado por alguna cuestión?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a su joven a convertirse en un miembro respetable de la comunidad. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

“La pregunta más persistente y urgente de la vida es: ‘¿Qué estás haciendo por los demás?’”

—Martin Luther King Jr.

Hable con su joven sobre los peligros del alcohol

El aburrimiento, el estrés y el distanciamiento social son todos efectos secundarios de la pandemia. También son razones comunes por las cuales los jóvenes consumen alcohol.

¿Sabe que el alcohol interfiere con la respuesta del sistema inmune ante una infección? Y eso no es todo. El alcohol también perjudica el desarrollo del cerebro de los jóvenes. El consumo de alcohol por parte de los jóvenes puede conducir a una mala memoria, falta de autocontrol, peores habilidades de resolución de problemas, y habilidades espaciales y visuales reducidas.

Hable con su joven de los peligros del alcohol. Dígame que hay mejores maneras de lidiar con los problemas, y que usted lo ayudará a encontrarlas.

Fuente: “Alcohol and the COVID-19 pandemic,” Power to the Parent, niswc.com/no-alcohol.

Los jóvenes aprenden encontrando las respuestas

Los estudios recientes muestran que, cuando los jóvenes buscan las respuestas de un trabajo escolar en el teléfono, no suelen recordarlas a largo plazo, y obtienen puntajes más bajos en los exámenes sobre ese material.

Anime a su joven a determinar la respuesta por sí mismo resolviendo el problema, leyendo sus apuntes o buscándola en un libro de texto. Cuando crea que ya tiene la respuesta, ahí puede usar su teléfono para verificarla.

Fuente: Rutgers University, “Smartphones are lowering students’ grades, study finds,” Eurekalert, niswc.com/phonecheck.

Todas las clases importan

Muchos jóvenes piensan que no es grave faltar a clase. Pero no es cierto. Los jóvenes que faltan:

- **Se atrasan** porque ya no comprenden el tema.
- **Son más propensos** a pensar en abandonar la escuela, y menos propensos a continuar sus estudios superiores.



Déjele en claro que faltar a clase no es una opción. Si su joven tiene un motivo legítimo para ausentarse, notifique a la escuela.

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.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2021, 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 • ISSN 1526-9329