

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

ESCUELA SECUNDARIA

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



Marzo 2025

Santa Cruz Valley Union High School

Ayude a su escolar de secundaria a establecer el hábito de leer por placer

En todas las materias, desde lengua y matemáticas hasta ciencias e historia, su joven tiene que leer textos largos, comprenderlos y aprender de ellos. Estas son habilidades que se desarrollan con la práctica. Sin embargo, fuera de la escuela, muchos estudiantes nunca toman un libro.

Los estudiantes que leen con frecuencia mejoran sus habilidades de lectura. Leen más rápido y recuerdan mejor lo leído. La lectura también mejora la concentración y amplía el vocabulario. Pídale a su joven que le destine 20 minutos del día a leer por placer. Para fomentar este hábito:



- **Escija algo para leer** usted al mismo tiempo. Luego, hable con su joven sobre lo que ha leído cada uno.
- **Sugiera que lea al aire libre.** ¿Es su joven un deportista o un fanático del deporte? Leer la biografía de un héroe deportivo puede aumentar el conocimiento y el disfrute del deporte en su joven, así como sus habilidades de lectura.
- **Asocie la lectura con el interés en los deportes.** ¿Es su joven un deportista o un fanático del deporte? Leer la biografía de un héroe deportivo puede aumentar el conocimiento y el disfrute del deporte en su joven, así como sus habilidades de lectura.
- **Combine la lectura con el voluntariado.** Las bibliotecas y las residencias de personas mayores son solo dos de los lugares que reciben lectores voluntarios.

Fuente: N. Thadani, "The Benefits of Recreational Reading," George Mason University.



Aprender un idioma impulsa a los jóvenes

Muchos estudiantes de secundaria consideran tomar clases de lengua extranjera solo si aprobarlas es un requisito para obtener un diploma. Pero hay muchos otros beneficios relacionados con aprender a hablar en otro idioma.

- Estudiar un nuevo idioma puede:
- **Fortalecer las habilidades** cognitivas de su joven y mejorar la memoria.
 - **Impulsar las habilidades** cognitivas de su joven y mejorar la memoria.
 - **Aumentar la comprensión** de otra cultura y sus tradiciones.
 - **Preparar a su joven** para trabajar en la economía global.
- Para apoyar los esfuerzos su joven:
- **Pídale** que le enseñe algunas frases simples. Úselas en casa.
 - **Preséntele** personas, lugares y eventos culturales asociados con el idioma.
 - **Use internet** para buscar videos y aplicaciones que le permitan a su joven escuchar y usar el idioma.

Fuente: "The Benefits of Learning Another Language," National Education Association.

Pregunte sobre los hábitos de estudio



¿Su joven trabaja hasta la madrugada para terminar una tarea que no debería tomarle más de dos horas? Haga dos preguntas:

1. **¿Cuándo estás** más alerta? Puede resultar útil trasladar el tiempo de estudio a la tarde.
2. **¿Cuántos descansos** tomas? Un breve descanso cada hora está bien, pero demasiados descansos puede reducir la concentración.

Manténganse conectados

¿Cómo puede saber si está viendo el típico mal humor y distanciamiento de los jóvenes, o si su hijo está teniendo dificultades? Usted podría:

- **Preguntarle con frecuencia** a su joven cómo le está yendo. Dígame que usted siempre está listo para escuchar.
- **Prestar atención para detectar** síntomas de depresión, como tristeza persistente que afecta la vida diaria o cambios en los patrones de alimentación o sueño.
- **Estar atento** a las señales de suicidio, como sentimientos de desesperanza o inutilidad, alejarse de la familia y los amigos y regalar pertenencias.

Si ve estas señales, o está preocupado por su joven, busque ayuda profesional de inmediato.

Las líneas cronológicas ilustran la historia

Al estudiar historia, armar una línea cronológica puede ayudar a su joven a ver cómo un suceso condujo a otro y a poner ideas en contexto.

Pídale a su joven que:

- **Escija las fechas** inicial y final que definen el período a estudiar.
- **Resuma sucesos clave:** *quién, qué, cuándo, dónde*, y los agregue a la línea.
- **Agregue elementos visuales:** gráficos que muestren sucesos o conceptos clave, codificaciones por color para distinguir sucesos, temas o personas.



Fuente: L. Zwier y G. Mathes, *Study Skills for Success*, University of Michigan Press.



Mi joven desea un empleo. ¿Debería permitirselo?

P: Mi joven de 11.º grado quiere ganar dinero trabajando a tiempo parcial después de la escuela. Sé que los trabajos pueden ayudar a los estudiantes a aprender a ser responsables y a administrar el tiempo, pero ¿cómo puedo saber si mi joven está preparado para tener uno?

R: El dinero es una fuente de motivación común para que los jóvenes busquen trabajo. Pero no todos los jóvenes pueden encontrar un equilibrio entre el trabajo y la escuela.

Para tomar esta decisión, considere estas preguntas con su joven:

- **¿Cuántas horas** implicará el trabajo? Los expertos creen que la mayoría de los jóvenes pueden trabajar entre 10 y 15 horas por semana. (A veces las calificaciones incluso mejoran). Si trabajan más que eso, el trabajo escolar se ve perjudicado.
- **¿Qué hará** su joven con el dinero? Analice un plan de gestión que incluya el ahorro para metas a mediano y largo plazo.
- **¿Le quedará tiempo** a su joven para participar de las actividades escolares? Estas fortalecen el sentido de pertenencia de los estudiantes en la escuela, un factor que mejora los resultados académicos.
- **¿El trabajo dificultará** el cumplimiento de las responsabilidades que tiene su joven en casa y la participación en eventos familiares?

Si decide dejar que su joven trabaje, explíquelo que, si debe escoger entre el trabajo y las obligaciones escolares, la escuela tiene prioridad.



Cuestionario Para Padres

¿Está promoviendo el trabajo atento?

Los errores por descuido pueden impedir que los estudiantes obtengan las calificaciones que merecen por el material que conocen bien. ¿Le está enseñando a su joven la importancia de prestar atención a los trabajos escolares? Responda *sí* o *no*:

- ___ **1. ¿Ayuda** a su joven a armar un cronograma que le dé tiempo suficiente para abordar los trabajos con cuidado y sin apuros?
- ___ **2. ¿Hablan** sobre la necesidad de prestar atención a los detalles, como citar correctamente las fuentes de investigación?
- ___ **3. ¿Le enseña** a su joven que “el orden cuenta” y que el trabajo descuidado, especialmente en matemáticas, conduce a errores?
- ___ **4. ¿Le recuerda** a su joven que vuelva a revisar sus respuestas antes de entregar su trabajo?

- ___ **5. ¿Anima** a su joven a tomarse el tiempo para editar y corregir los trabajos de escritura?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está ayudando a su joven a aprender a trabajar de forma cuidadosa. Para cada respuesta no, pruebe esa idea.

“La calidad de vida de una persona es directamente proporcional a su compromiso con la excelencia, sin importar el campo de actividad escogido”.
—Vince Lombardi

Pida a su joven que haga listas

Las listas de control son herramientas organizativas sencillas que pueden ayudar a que su joven tenga un día tranquilo en la escuela. Enséñele a crear listas para:

- **Salir de casa.** ¿Qué artículos necesita su joven para la escuela cada día? (Libros, almuerzo, computadora, cargador, etc.)
- **Estar listo para la clase.** La lista podría incluir: bolígrafo, papel, tarea, calculadora.
- **Salir de la clase.** ¿Qué información sobre tareas, exámenes y plazos se necesita?
- **Volver a casa.** ¿Qué objetos necesita para estudiar y completar el trabajo escolar?



Desarrolle las habilidades de lectoescritura con los medios

En una encuesta reciente, ocho de cada 10 jóvenes dijeron haber visto publicaciones en redes sociales que difundían teorías conspirativas, y el 80 por ciento de ellos se inclinaban a creer al menos una de ellas. Ayude a su joven a buscar los hechos:

- **Recomiéndele que corrobore** la información con fuentes fiables.
- **Sugíerale que haga una búsqueda** de imágenes inversa para averiguar de dónde provienen realmente las imágenes.
- **Anime a su joven** a seguir las noticias diarias de medios de comunicación fiables.

Fuente: “News Literacy in America: A survey of teen information attitudes, habits & skills (2024),” News Literacy Project.

Sea un estímulo para su joven

Apoyar el éxito escolar va más allá de lo académico. Los estudiantes progresan cuando sus familias:

- **Los quieren y conectan con ellos.** Pase tiempo con su joven en familia e individualmente.
- **Los guían y ponen límites.** Póngase firme con las reglas sobre la escuela, la salud y la seguridad. Lleguen a un acuerdo en cuestiones como la vestimenta.
- **Dan el ejemplo y aconsejan.** Dé un buen ejemplo. Explíquelo lo que piensa a su joven.

Fuente: A.R. Simpson, Ph.D., Raising Teens: A Synthesis of Research and a Foundation for Action, Harvard School of Public Health.

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.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2025, 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