

Ayudando a los Estudiantes a Aprender

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



Noviembre 2024

Santa Cruz Valley Union High School

Estrategias de estudio para mejorar resultados en matemáticas y ciencias

Quando se trata de aprender matemáticas y ciencias, las habilidades de estudio eficaces hacen una gran diferencia. Comparta estas estrategias con su joven para que alcance el éxito en estas materias centrales:

- **Reservar tiempo todos los días** para trabajar en matemáticas y ciencias, haya clase ese día o no. Debería reservar tiempo adicional si el material es difícil.
- **Repasar los apuntes de clase recientes** al principio de cada sesión de estudio antes de abordar trabajos nuevos.
- **Hacer autoevaluaciones para verificar** la comprensión del material. Sugiera que su joven intente responder preguntas de muestra al final del capítulo o reescribir los títulos de las secciones en forma de pregunta. Si su joven no puede responder todas las preguntas, es hora de volver a leer el texto.
- **Hacer dibujos de los conceptos** o resolver procedimientos. Hacer un dibujo puede ayudar a los estudiantes a comprender cómo se relacionan las cosas.
- **Resolver problemas adicionales.** El maestro podría asignar solo algunas preguntas específicas numeradas en una hoja de trabajo o página del libro de texto. Pero los estudiantes no deben detenerse ahí. Responder todas las preguntas puede reforzar un proceso o un concepto en la mente de su joven y aumentar la confianza. Cuando se encuentre con problemas similares en un examen, sabrá cómo resolverlos.



Estos factores aumentan el riesgo de abandono de la escuela

Según los datos federales, la tasa de abandono de la escuela para los estudiantes de secundaria es más de cinco por ciento. Estos estudiantes no se despiertan un día y deciden dejar la escuela. El deseo de abandonarla suele aumentar a lo largo del tiempo.

Esté atento a estos factores que pueden hacer que su joven esté en riesgo:

- **Ausencias frecuentes.** Los estudiantes que faltan a clase más de cinco días durante el período de calificaciones suelen atrasarse. Cuando es difícil ponerse al día, algunos jóvenes deciden darse por vencidos.
- **Desconexión.** Los estudiantes que no prestan atención en clase o que no entregan los trabajos y que tienen problemas de conducta en la escuela podrían terminar abandonándola.

- **Dificultades** en las materias centrales. Reprobar matemáticas, ciencias, lengua o historia puede significar recurrir a la materia. Los fracasos múltiples pueden significar la repetición de grado y un mayor riesgo de abandonar los estudios.

Si observa estos signos, póngase en contacto con el consejero escolar para pedir ayuda. Creen juntos un plan para encaminar a su joven hacia la graduación.

Fuente: "Dropout rates," National Center for Education Statistics, Institute of Education Sciences.

Ayude a su joven a dormir

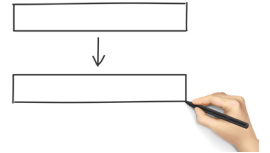
En una encuesta reciente, uno de cada seis jóvenes dijo haber conducido un carro sintiéndose somnoliento. Los accidentes automovilísticos son una de las principales causas de muerte entre los jóvenes. Ayude a su joven a seguir un horario que le permita dormir al menos ocho horas cada noche. Dormir suficiente apoya el éxito académico, y podría mantener a su joven con vida.



Fuente: American Academy of Sleep Medicine, "Study reveals high rate of drowsy driving by teens," ScienceDaily.

Sugiera un paso previo a la escritura

Uno de los desafíos de la escritura es organizar los pensamientos con claridad. Anime a su joven a usar un organizador gráfico antes de comenzar a escribir. Su joven puede hacer:



- **Un diagrama de flujo** para poner los eventos en orden. Se trata de una serie de recuadros, cada uno de los cuales contiene un evento, con flechas que conducen de un recuadro al siguiente.
- **Un diagrama de red** para identificar detalles que apoyan una idea principal. Consiste en un círculo grande desde el que se ramifican varias líneas. El tema del diagrama va en el círculo y los detalles en las ramas.
- **Un guion gráfico.** Su joven podría hacer una lista de ideas por abordar, luego ilustrarlas y completar los detalles.

Promueva el voluntariado

Quando los jóvenes se ofrecen como voluntarios en la comunidad, hacen una contribución a la sociedad y a su propio futuro. Su joven puede conseguir experiencia laboral, desarrollar habilidades sociales y aprender sobre los problemas que enfrentan las personas que viven cerca. Los consejeros escolares podrían tener una lista de oportunidades de voluntariado, o su joven podría contactar a bibliotecas locales y grupos de servicio comunitario.

Fuente: "Why Youth Service," Youth Service America.



Las decisiones asustan a mi joven. ¿Cómo puedo ayudarlo?

P: Mi estudiante tiene dificultades para tomar decisiones. Incluso la decisión más insignificante puede ser un obstáculo. Mi joven está en tercer año y pronto tendrá que tomar decisiones importantes. ¿Cómo puedo ayudarlo?

R: La toma de decisiones requiere compromiso, y eso a veces asusta. A algunos jóvenes, el miedo de tomar la decisión incorrecta puede conducirlos a una parálisis casi total.



Para ayudar a su joven sentirse cómodo con la toma de decisiones:

- **Comparta una estrategia para pensar en las opciones.** Anime a su joven a hacer listas de las ventajas y las desventajas de cada alternativa. A veces, ver las cosas por escrito puede hacer que tomar la decisión sea más fácil.
- **Alivie la preocupación sobre los errores.** Comente que las cosas no siempre salen como las planeamos, y eso no está mal. Su joven podrá aprender de cualquier decisión, aunque eso sea que *no* tiene que hacerla próxima vez.
- **Proporcione muchas oportunidades de bajo riesgo.** Suponga que su joven es responsable de una tarea doméstica semanal. El lunes, diga, "Debes pasar la aspiradora en tu habitación antes del fin de semana. Decide cuándo lo harás". Luego, permítale escoger el momento para hacerlo. Si no completa la tarea en el plazo designado, imponga una consecuencia.
- **Anímelo a establecer plazos** para las decisiones importantes. "Tienes hasta el martes para decidir si quieres aceptar la oferta laboral del Sr. Brown".



¿Está fomentando un hábito de organización?

Muchos estudiantes tienen dificultades con la organización. Necesitan aprender estrategias para llegar puntual a la escuela con los materiales que necesitan. ¿Está ayudando a su joven a practicar la organización? Responda *sí* o *no* a continuación:

1. **¿Le recuerda** a su joven que registre los trabajos en una agenda y que la revise todas las tardes?
2. **¿Le pide** a su joven que coloque las cosas que debe llevar a la escuela en un lugar asignado la noche anterior?
3. **¿Anima** a su joven a configurar más de una alarma si despertarse en horario es un problema?
4. **¿Ayuda** a su joven a preparar archivos para guardar apuntes, exámenes y trabajos de cada materia?
5. **¿Agenda** un día fijo de "Hagamos una cosa cada uno que hemos estado posponiendo"?

¿Cómo le está yendo?

Si hay más respuestas sí, usted está ayudando a su joven a poner en práctica las estrategias de organización. Para cada respuesta no, pruebe la idea correspondiente.

"Deje de esperar a que llegue el momento perfecto para organizarse. Aproveche este momento y logre un avance".

—Heidi Leonard

Evite errores de motivación

Motivar a los jóvenes a poner todo el esfuerzo del que son capaces es una tarea complicada. Para evitar errores comunes, siga estas pautas:

- **Ponga a su joven a cargo.** Tratar de controlar a su estudiante no fomentará la responsabilidad por el aprendizaje. Pregúntele qué podría hacer para apoyar el esfuerzo de su joven.
- **Permita que la experiencia enseñe.** Rescatar a su joven de las consecuencias negativas reduce el incentivo para abandonar las conductas problemáticas.
- **Mantenga la calma.** Enojarse o intentar que su joven se sienta culpable aumenta las probabilidades de que se enfade y no de que se esfuerce más.

Fuente: D. Heacox, Ed.D., *Up from Underachievement*, Free Spirit.

Fomente el placer por la lectura



Los jóvenes que leen por placer suelen obtener mejores resultados en la escuela que aquellos que no lo hacen. Pídale a su joven que establezca una meta de lectura por placer para este año escolar. Puede medirse en tiempo de lectura, páginas leídas o libros completados, y su joven podrá escoger qué leer. Decidan juntos cuál será la recompensa por alcanzar la meta.

Fuente: "NAEP Long-term Trend Assessment Results: Reading and Mathematics," The Nation's Report Card.

Anime a su joven a afrontar un desafío saludable

Asumir desafíos saludables desarrolla la independencia de los jóvenes, la confianza en sí mismos y la responsabilidad, y aumenta las probabilidades de que alcancen el éxito en la escuela. Los desafíos saludables incluyen cosas como:

- **Inscribirse** en una clase de un nivel más alto.
- **Aprender** una habilidad o un pasatiempo.
- **Hacerse amigo** de alguien nuevo en la escuela.
- **Hacer las pruebas** para un equipo deportivo o entrenar para alcanzar una meta física, como correr 5K.

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 © 2024, 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