

Middle Years

Working Together for School Success



Short Stops

Snow day plans

Plan ahead for school closings and delays because of bad weather. Sign up to receive email, phone, or text alerts from the school, or check the school website. If needed, make arrangements with friends or family who can watch your child during a delay or closing.

Go-get-'em goals

Your middle schooler can make the most of the new semester by setting specific goals for each class. *Examples:* "I will improve my math grade." "I will fill out my reading log every night." Encourage him to write his goals inside the cover of his planner or binders.

Curse words: Not cool

Today's "plugged-in" tweens may get used to hearing and reading foul language and decide it's no big deal. Explain to your middle grader that cursing can make a bad impression on teachers, coaches, and even friends. Suggest that she substitute words like "ugh" or "dam" instead.

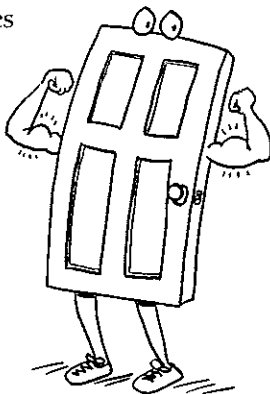
Worth quoting

"If you want to lift yourself up, lift up someone else." *Booker T. Washington*

Just for fun

Q: What gives you the strength to walk through walls?

A: A door.



The power to stop bullying

Bullying typically peaks in the middle grades, as tweens try to figure out where they fit in with their peers. These ideas will help your middle schooler know what bullying can look like—and learn how to be a part of the solution.



Recognize

Ask your child if he has seen bullying at school. Discuss how bullying comes in many forms, including spreading rumors, making threats, or leaving someone out on purpose. Even if your tween hasn't seen anyone trip or punch a fellow student, he might realize that the kid who is frequently called names or whispered about is being bullied.

Stand up

Children who are bullied need to know they have someone on their side. If your middle grader witnesses bullying, he can calmly step in by saying something like "That's not funny" or "You're being mean." Or he might ignore the bully and address

the target: "Let's sit at another table" or "I think your shoes are cool."

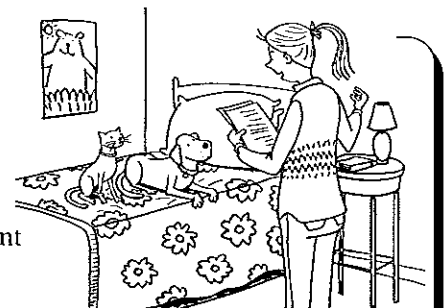
Report

Tweens may be afraid that bullying will get worse if they tell an adult. But explain that school staff can often resolve an issue without revealing who reported it. For example, if your child sees a kid knock papers out of someone's hands on the bus, he could alert the driver. At school, he can privately tell a teacher or the principal about bullying—and encourage other students to do so, too. 👍

Better public speaking

Public speaking is part of school life, from giving class presentations to leading team meetings. Here are ways your tween can boost her skills and confidence.

Find an audience. Practicing will calm her nerves. She might give her speech in front of a mirror, present it to family members, or even use a pet as her audience.

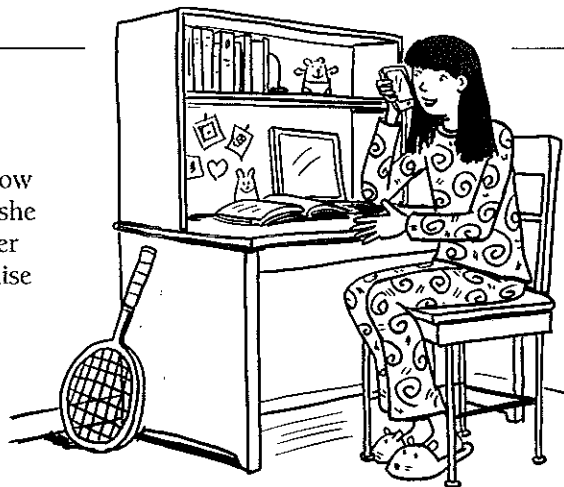


Get rid of "extras." Pesky filler words such as *like* and *um* can slip into your tween's sentences without her realizing it. Suggest that she record her speech and play it back, making a tally mark each time she hears an unnecessary word. Then, she could focus on reducing the number of marks each time she practices. 👍

No problem!

When your tween has a problem, how she handles it can determine whether she overcomes it or remains stuck. Help her see problems as opportunities in disguise with these steps.

1. Put it in perspective. Knowing that problems are a normal part of life may keep your middle grader from feeling stressed out by them. Share a similar problem you had at her age (forgetting about a big test) or recently (a disagreement with a friend). Then, explain how you resolved it.



2. Consider options. Encourage your tween to investigate solutions instead of ignoring a problem. Say she loses a library book. She might call the library rather than letting fines pile up. She may be surprised to find they will give her an extension to look for the book—or that the cost of replacing it is less than she thought.

3. Reframe the situation. Putting a positive spin on a problem will help her solve it. Instead of thinking, “I hate it when Crystal cancels our plans,” she could tell herself, “Now I’ve got time to finish that book I’m in the middle of.” 👍



Q & A Keep a learning journal

Q My older daughter recently mentioned she’s keeping a “learning diary” for her college classes. Is that something that could help my middle schooler?

A A learning diary is simply a place for students to reflect on their studies. Keeping one is a great way for your tween to think more about what she learns.



Suggest that your middle grader get a notebook she likes and label each entry with the class and date. She might write about topics that interest her, like how a novel she read in English helped her understand an important period in history. She could also record questions and ideas to investigate, such as a science experiment to try.

Encourage your girls to share their journals from time to time—your younger daughter will get a glimpse of what goes on in college! 👍

Parent to Parent Connect without electronics

My son Eli got in the habit of playing video games the minute he got home from school. When I tried to talk to him, his eyes stayed glued to the screen, and he barely responded.

So I made a new rule: no screens for the first hour after we all get home from school and work. That way, we can reconnect and talk about our day. Sometimes we play a quick card game or tell jokes before I start dinner and Eli does homework.

Next, we’re going to try something “radical”—an entire device-free evening. If we need the tablet or computer for homework or our jobs, that’s okay. But “recreational use” is off-limits for that night. I hope Eli will see that family comes first—and that it’s possible to survive for a few hours without electronics. 👍



Community service for tweens

Being involved in the community can teach your middle grader compassion for others and give him a sense of belonging. Consider these tips:

■ Start by volunteering together. Community centers, places of worship, and your local United Way can suggest family-friendly opportunities. You and your child might sort donated clothing for a homeless shelter or bake cookies for a charity bake sale.

■ When your middle grader is ready to volunteer on his own, he could ask his

school counselor about options. Perhaps he’ll be paired with a student who has special needs so they can read together in the school library. Or he may join in a park or stream cleanup day.

Tip: Encourage your tween to keep a record of his volunteer experience that includes supervisors’ contact information and his dates of service. This will come in handy when he applies for jobs or programs in high school. 👍



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

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

Planes para días de nieve

Planee con anticipación para los días que la escuela cierre o abra tarde a causa del mal tiempo. Apúntese para recibir alertas de la escuela por correo electrónico, teléfono o mensaje de texto o bien infórmese en el sitio web del colegio. Si fuera necesario, póngase de acuerdo con amigos o familiares que puedan ocuparse de su hija si la escuela abre tarde o cierra.

Metas decididas

Su hijo puede aprovechar al máximo el nuevo semestre poniéndose metas específicas para cada clase. *Ejemplos:* "Mejoraré la nota de matemáticas". "Completaré el registro de mis lecturas cada noche". Anímelo a que escriba sus metas dentro de la cubierta de su agenda o sus archivadores.

Groserías: Para nada

Los adolescentes "conectados" de hoy pueden acostumbrarse a escuchar y leer lenguaje obsceno y decidir que no importa. Explíquese a su hija que las groserías pueden causar una mala impresión en maestros, entrenadores e incluso amistades. Sugíerale que sustituya las palabras feas por otras exclamaciones limpias.

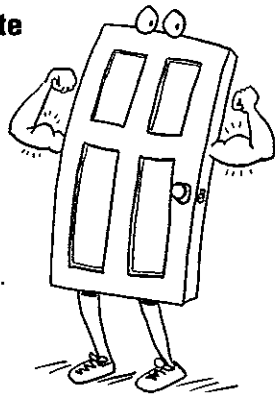
Vale la pena citar

"Si quieres elevarte, eleva a otra persona". *Booker T. Washington*

Simplemente cómico

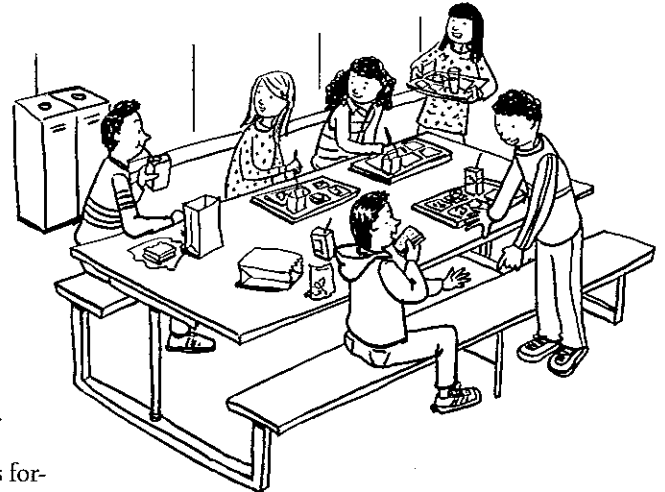
P: ¿Qué te da el poder de caminar a través de las paredes?

R: Una puerta.



El poder de detener el acoso

El acoso suele culminar durante los años de la escuela media, cuando los adolescentes tratan de entender cómo encajan con sus compañeros. Estas ideas ayudarán a su hijo a saber qué aspecto tiene el acoso y le enseñarán a ser parte de la solución.



Reconocer

Pregúntele a su hijo si ha observado acoso en su colegio. Comenten las múltiples formas del acoso, como difundir rumores, amenazar o excluir a alguien a propósito. Aunque su hijo no haya visto a nadie poniendo la zancadilla o dándole un puñetazo a otro estudiante, quizá se dé cuenta de que el niño al que le llaman cosas feas o del que se murmura está siendo acosado.

Hacer frente

Los niños acosados necesitan saber que tienen a alguien de su lado. Si su hijo observa un episodio de acoso tiene que intervenir con calma diciendo algo como "Eso no es divertido" o "Estás siendo cruel". También podría ignorar al acosador y hablar

con la víctima: "Vamos a sentarnos en otra mesa" o "Me gustan tus zapatos".

Informar

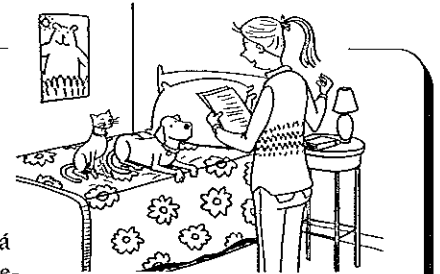
Es posible que los preadolescentes teman que el acoso empeore si se lo cuentan a un adulto. Pero explique que el personal de la escuela suele resolver los incidentes sin revelar quién informó de ellos. Por ejemplo, si su hijo ve en el autobús que un niño tira de un manotazo los papeles de alguien, podría avisar al conductor. En la escuela puede comentarle el acoso a un maestro o al director y animar a otros estudiantes a hacer también lo mismo. 👍

Hablar mejor en público

Hablar en público es parte de la vida escolar, desde hacer una presentación en clase hasta dirigir reuniones de equipo. He aquí maneras de que su hija mejore su habilidad y su confianza.

Encuentren un público. Practicar le calmará los nervios. Podría dar su discurso frente al espejo, presentárselo a miembros de su familia o incluso usar a su mascota como público.

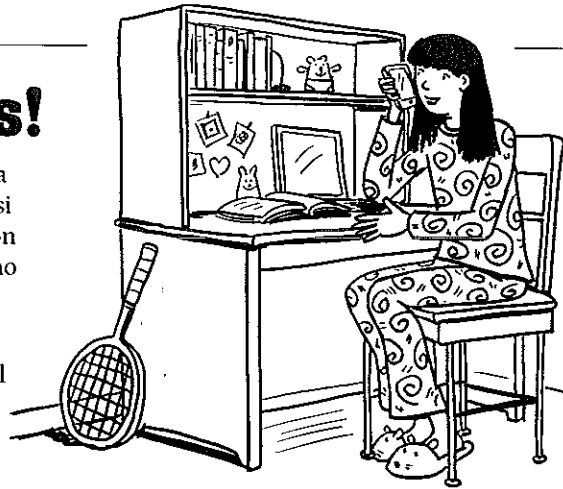
Eliminen lo "extra". Las problemáticas palabras de relleno del tipo *como* y *pues* pueden meterse en las frases de su hija sin que ella se dé cuenta. Sugíerale que grave su discurso y lo reproduzca, escribiendo una marquita cada vez que escuche una palabra innecesaria. A continuación podría concentrarse en reducir el número de marquitas cada vez que practique. 👍



¡Sin problemas!

Cuando su hija tenga un problema, la forma de enfrentarse a él puede decidir si lo supera o si sigue atascada. Ayúdela con estos pasos a que vea los problemas como oportunidades disfrazadas.

1. Pónganlo en perspectiva. Saber que los problemas son una parte normal de la vida puede evitar que su hija se sienta estresada por ellos. Comparta con ella un problema similar que usted tuvo a su edad (se le olvidó que tenía un examen importante) o hace poco (una discusión con una amiga). A continuación explíqueme cómo lo ha resuelto.



2. Consideren las opciones. Anime a su hija a que investigue posibles soluciones en lugar de ignorar un problema. Digamos que pierde un libro de la biblioteca. Podría llamar a la biblioteca en lugar de dejar que se le acumulen las multas. Podrían darle una extensión para que busque el libro o tal vez el precio de reponerlo sea menos de lo que pensaba.

3. Redefinan la situación. Dar un sesgo positivo al problema le ayudará a resolverlo. En lugar de pensar "Odio cuando Crystal cancela nuestros planes" podría decirse "Ahora tengo tiempo para terminar el libro que estoy leyendo".

P & R Diario de conocimientos

P Mi hija mayor mencionó recientemente que para sus clases de la universidad lleva un "diario de conocimientos". ¿Es esto algo que podría serle útil en la escuela media a mi otra hija?

R Un diario de conocimientos es simplemente un lugar en el que los estudiantes reflexionan sobre sus estudios. Llevar un diario así es una forma estupenda de que su hija piense más en lo que aprende.

Sugírela a su hija

que compre un cuaderno que le guste y que escriba en cada entrada la



clase y la fecha. Podría escribir sobre temas que la interesan, por ejemplo cómo una novela que leyó en inglés le ayudó a entender un período importante en historia. También podría anotar preguntas e ideas sobre las que profundizar, como un experimento de ciencias que le gustaría hacer.

Anime a sus hijas a compartir de vez en cuando sus diarios: ¡su hija menor se hará una idea de lo que sucede en la universidad!

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

De padre a padre

Conectar sin aparatos electrónicos.

Mi hijo Eli se acostumbró a ponerse a jugar videojuegos en cuanto volvía del colegio a casa. Cuando yo trataba de hablar con él sus ojos permanecían pegados a la pantalla y apenas respondía.

Así que creé una nueva norma: no se prenden las pantallas durante la primera hora después de volver del colegio y del trabajo. Así podemos reconectar y hablar de nuestro día. A veces jugamos un rápido juego de naipes o contamos chistes mientras yo empiezo la cena y Eli hace los deberes.

A continuación vamos a probar algo "radical": una tarde entera sin aparatos. Si necesitamos la tableta o la computadora para nuestros deberes o trabajos, podemos usarlas. Pero el "uso recreativo" está prohibido esa noche. Espero que Eli se dé cuenta de que lo primero es la familia y de que es posible sobrevivir unas cuantas horas sin aparatos electrónicos.



Servicio comunitario para los adolescentes

Tomar parte en la vida de su comunidad puede enseñar a su hijo compasión por los demás y le dará un sentido de pertenencia. Tengan en cuenta estos consejos:

■ Hagan voluntariado juntos. Los centros comunitarios, lugares de culto y el United Way de su ciudad pueden sugerirle posibilidades para las familias. Usted y su hijo podrían ordenar ropas donadas a un centro de acogida para gente sin hogar o hacer galletas para una venta benéfica de dulces.

■ Cuando su hijo esté listo para hacer voluntariado solo, podría pedirle opciones a su orientador escolar. Quizá lo encamine hacia

un estudiante con necesidades especiales para que puedan leer juntos en la biblioteca de la escuela. O tal vez pueda participar en el día de limpieza de un parque o un riachuelo.

Consejo: Anime a su hijo a que anote sus experiencias de voluntariado incluyendo la información de contacto con sus supervisores y sus fechas de servicio. Esto le será útil cuando solicite un trabajo o la participación en programas en la escuela secundaria.

