

Middle Years

Working Together for School Success



Short Stops

Homework coach

How can you help your middle grader get her homework done without doing it for her? Think like a coach! Offer guidance and support, but let her find her own solutions: “How could you plan your time better?” “Where can you look for help solving that equation?” You’ll help build her skills—and her confidence.

Explore cultures through books

Reading novels set in other countries is a wonderful way for your tween to learn about cultures and geography. It gives him a window into other people’s lives and a chance to imagine himself in their shoes. Suggest picking up non-fiction books, too, to discover more about the countries in the novels.

Watch out for vaping

One in 20 middle schoolers report using e-cigarettes, or “vaping.” Because these devices are small (many look like USB drives), they’re easy to hide. Make sure your tween understands that inhaling nicotine and other chemicals could permanently damage her lungs and brain—and that vaping is illegal for people under 21.

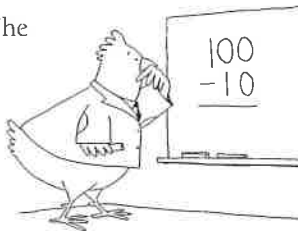
Worth quoting

“Nothing is a waste of time if you use the experience wisely.” *Auguste Rodin*

Just for fun

Q: How many times can you subtract 10 from 100?

A: Once. The next time you’d be subtracting 10 from 90!



A houseful of learning

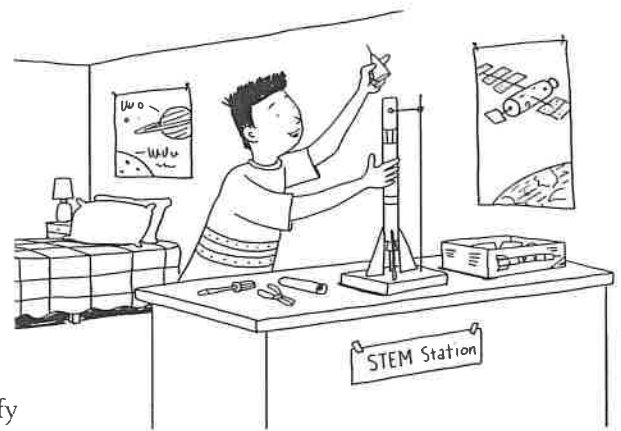
Your child’s education is his number one priority—and it doesn’t stop when the school day ends. Keep the learning going all day with these ideas.

Set up “learning zones”

A distraction-free study area helps your tween shift into study mode. Let him add other learning spaces to your home, too. A reading nook can be as simple as a basket of books beside a comfy chair. Or he might create stations dedicated to STEM, art, or writing. Adding a sign and cool supplies makes learning zones even more inviting.

Fill your home with information

Make it easy for your middle grader to stumble across chances to read, do math, and solve problems. Post interesting magazine articles on a family bulletin board, and leave crossword and logic puzzles on the coffee table. Encourage him to create a vocabulary “word wall” in his room. You could



even post sticky-note messages for each other in a code he creates.

Cultivate a culture of curiosity

Weave learning into family life by choosing a documentary for movie night or listening to podcasts together. Celebrate learning-related holidays, such as National Punctuation Day (September 24) and National Chess Day (October 9). Finally, make “Let’s look it up!” a family mantra. (“What is the autumn equinox? Let’s look it up!”) 👍

Be mindful of screen time

Screens can be sneaky time thieves. Help your tween get a handle on her usage with these strategies.

Make a screen-free kit. Have your child fill a basket with things she turns to a screen for (calculator, dictionary, flashlight). She’ll avoid falling down a rabbit hole of checking social media when, for example, she looks up a word on her phone. An old-fashioned clock is a good idea, too.

Set timers. It’s easy to lose track of time online. Suggest that your middle grader set a kitchen timer whenever she starts browsing. She might allow herself 30 minutes to catch up on friends’ posts or 15 minutes to watch funny videos. 👍



Mental health check-ins

Just as you keep a careful eye on your middle schooler's physical health, it's important to keep tabs on her mental well-being, too. Here's how.

Start a conversation. Talking about mental health struggles lets your middle grader know she's not alone. Try saying, "I heard a lot of kids are stressed or depressed lately. How are you feeling?" Or she might be more comfortable opening up if



you keep the focus off of her: "How are your friends doing? Have they mentioned feeling worried or sad?"

Keep talking. Make conversations about emotions part of everyday life, not something you bring up only when there's a problem. At dinner, ask everyone to share something that made them feel good that day. This opens the door to discussing negative feelings, too. *Idea:* Put paper circles in a basket on the table—green (happy), yellow (okay), and blue (sad). Have everyone choose a mood and explain why they picked it.

Organized? Check!

It sounds simple, but it's true—organized students do better in school. Share this daily checklist to help your tween stay on top of his schoolwork.



Note: Lack of interest in activities or friends, changes in sleep and appetite, or irritability may be signs that your child needs professional help. If you're concerned, talk to her pediatrician or the school counselor. 👍

During school:

I hand in all my homework at the beginning of each class.

I write new assignments, projects, and tests in my planner.



I put homework assignments in my backpack, along with any textbooks, notes, and supplies I will need.

After school:

I clean out my backpack. I throw away or file anything I don't need for school tomorrow.

I ask my parents to sign any notes or forms. I tell them if I need their help with something like getting to the library or ordering a band uniform.

I cross off each homework assignment in my planner as I finish it, and put it directly into my backpack. 👍

Q&A

The school success team

Q I was a room parent when my daughter was in elementary school. Now that she's in middle school, how can I stay involved?

A Start by introducing yourself to your tween's teachers at back-to-school night (or by sending emails if you can't attend). Let them know you're eager to team up with them.

Also, sign up for the school's parent portal, and set a regular time to check it with your child (she's part of the team, too!). Point out what she's doing well, like getting to classes on time. Also, discuss ways to address problems, such as studying more if her quiz grades are low.

Finally, consider volunteering. Rather than being in the classroom like you were when your child was younger, you might do behind-the-scenes jobs like decorating bulletin boards, making copies, or taking inventory of books. 👍



Parent to Parent

Join the club

When my son Colin saw all the extracurriculars offered at school, he wanted to join everything. I was glad he wanted to be involved, but I didn't want him taking on more than he could handle with his schoolwork.

So I asked questions to help Colin narrow down his choices of clubs: Does it match your interests and goals? Could it help with your classwork or

with staying fit? Will it conflict with your schedule, require travel, or cost a lot of money?

Colin ended up picking yearbook and hiking club. He liked that yearbook lets

him use his writing skills. Plus, he thinks he could grow into a leadership role as editor. And he hopes that hiking club will help him be more active. He's excited to get started! 👍



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 • rfcustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5540

Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



Notas Breves

Un entrenador para los deberes

¿Cómo puede ayudar a su hija a que termine los deberes sin que usted se los haga? ¡Piense como un entrenador! Guíela y apóyela, pero deje que encuentre sus propias soluciones. “¿Cómo podrías planear mejor tu tiempo?” “¿Dónde puedes buscar ayuda para resolver esa ecuación?” Su ayuda desarrollará las destrezas y la confianza de su hija.

Explorar culturas mediante los libros

Leer novelas que se desarrollan en otros países es una forma estupenda de que su hijo aprenda sobre otras culturas y geografía. Le abre una ventana a la vida de otras personas y le da una oportunidad de ponerse en su lugar. Sugíerale que elija también libros de prosa informativa para descubrir más cosas sobre los países de las novelas.

Atención a los cigarrillos electrónicos

Uno de cada 20 estudiantes de la escuela media declara que usa cigarrillos electrónicos o que “vaporea”. Como estos aparatos son pequeños (muchos parecen lectores USB), son fáciles de esconder. Cerciórese de que su hija entienda que inhalar nicotina y otras sustancias químicas podría dañar sus pulmones y su cerebro permanentemente y que vapear es ilegal para los menores de 21 años.

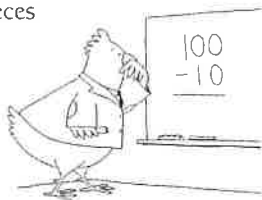
Vale la pena citar

“Nada es una pérdida de tiempo si aprovechas sabiamente la experiencia”.
Auguste Rodin

Simplemente cómico

P: ¿Cuántas veces puedes restar 10 de 100?

R: Una. ¡La siguiente vez restarás 10 de 90!



Un hogar para aprender

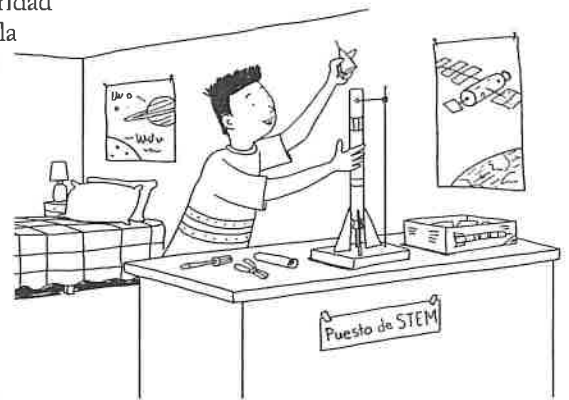
La educación de su hijo es su prioridad principal y no termina cuando acaba la jornada escolar. Consiga que aprenda todo el día con estas ideas.

Establezca “zonas de aprendizaje”

Un lugar de estudio libre de distracciones ayuda a que su hijo se disponga a estudiar. Deje que añada también otros espacios de estudio en su hogar. Un rincón para la lectura podría ser algo tan sencillo como una cesta con libros junto a una silla cómoda. También podría crear puestos dedicados a STEM, arte o escritura. Añadan una señal y materiales atractivos para que las zonas de estudio sean más apetecibles.

Llenen su casa de información

Facilite que su hijo se tope con ocasiones de leer, hacer matemáticas y resolver problemas. Ponga artículos de revista interesantes en un tablón de anuncios familiar y deje crucigramas y rompecabezas de lógica en la mesita de la sala. Anímelo a que cree en su dormitorio un “muro de palabras” para el vocabulario. También podrían escribirse mensajes en papelitos adhesivos en un código que se invente.



Cultiven una cultura de curiosidad

Incluya el aprendizaje en la vida familiar eligiendo un documental para la noche de cine o escuchando podcasts juntos. Celebren las fiestas relacionadas con los conocimientos como el Día Nacional de la Puntuación (24 de septiembre) y el Día Nacional del Ajedrez (9 de octubre). Finalmente, convierta en un mantra familiar la expresión “¡Vamos a buscarlo!”. (“¿Qué es el equinoccio de otoño? ¡Vamos a buscarlo!”) 👍

Estén al tanto del tiempo de pantalla

Las pantallas pueden robar tiempo solapadamente. Ayude a su hija a que controle el uso que hace de ellas con estas estrategias.

Hagan un kit sin pantallas. Dígale a su hija que llene una cesta con cosas para las que usa una pantalla (calculadora, diccionario, linterna). Evitará caer en la maraña de las redes sociales cuando, por ejemplo, busque una palabra en su teléfono. Así mismo es buena idea usar un reloj tradicional.

Usen cronómetros. Es fácil perder la noción del tiempo en la red. Sugíerale a su hija que use un temporizador de cocina cuando navegue en la red. Podría concederse 30 minutos para ver lo que sus amigos han publicado o 15 minutos para ver videos cómicos. 👍



Chequeos de salud mental

Igual que presta atención a la salud física de su hija, es importante estar pendiente también de su salud mental. He aquí cómo.

Inicien la conversación. Hablar de problemas de salud mental le indica a su hija que no está sola. Dígale: “He oído que muchos niños últimamente están estresados o deprimidos. ¿Cómo te sientes tú?” Tal vez ella se exprese con más comodidad si la atención no se concentra en ella: “¿Qué tal están tus



amigas? ¿Te han mencionado si están preocupadas o tristes?”

Sigan hablando. Procure que las conversaciones sobre las emociones sean parte de la vida cotidiana, no algo que usted menciona cuando surge un problema. Pida a todos durante la cena que compartan algo con lo que se sintieron bien ese día. Esto abre la puerta a comentar también sentimientos negativos. *Idea:* Pongan círculos de papel en una cesta sobre la mesa: verde (feliz), amarillo (normal) y azul (triste). Cada uno de ustedes elige un humor y explica por qué lo eligió.

Nota: La falta de interés en actividades o amistades, cambios en el sueño y el apetito o irritabilidad pueden ser indicaciones de que su hija necesita ayuda profesional. Si algo le preocupa, hable con su pediatra o la orientadora escolar. 👍

¿Organizado? ¡Compruébalo!

Parece simple, pero es verdad: los estudiantes organizados van mejor en los estudios. Comparta con su hijo esta lista de comprobación diaria para que su hijo controle bien el trabajo en la escuela.

Durante la escuela:

Entrego todos mis deberes al comienzo de cada clase.

Escribo tareas nuevas, proyectos y exámenes en mi agenda.

Pongo los deberes en mi cartera, junto con los libros de texto, apuntes y materiales que voy a necesitar.



Después de la escuela:

Limpio mi cartera. Lo que no necesito para las clases de mañana, lo tiro a la basura o lo archivo.

Pido a mis padres que me firmen notas o formularios. Les digo si necesito su ayuda con algo como ir a la biblioteca o comprar un uniforme para la banda.

Tacho en mi agenda cada tarea cuando la termino y la meto directamente en la cartera. 👍



PER El equipo para el éxito en los estudios

P Era padre delegado cuando mi hija estaba en la primaria. Ahora que está en la escuela media, ¿cómo puedo seguir participando?

R Lo primero es presentarse a los maestros de su hija en la noche de vuelta al colegio (o enviando correos electrónicos si no puede asistir). Dígales que está deseoso por colaborar con ellos.

Apúntese también en el portal para padres de la escuela y póngase un horario regular para consultarlo con su hija (¡también ella es parte del equipo!). Indíquele lo que está haciendo bien, como llegar con puntualidad a clase. Comenten también la manera de abordar los problemas, por ejemplo estudiar más si saca notas bajas en las pruebas.

Finalmente, piense en ofrecerse como voluntario. En lugar de estar en el aula como cuando su hija era pequeña, usted podría hacer trabajos entre basidores como decorar tabloncillos de anuncios, fotocopiar o hacer inventario de libros. 👍



De padre a padre Únete al club

Cuando mi hijo Colin vio las actividades extracurriculares que se ofrecían en su escuela, quería apuntarse a todo. Me daba gusto que quisiera implicarse tanto, pero no quería que se comprometiera a más de lo que podía compatibilizar con sus estudios.

Así que le hice preguntas a Colin para ayudarlo a reducir las opciones de clubs: ¿Se ajusta a tus aficiones y objetivos? ¿Podría ser útil con el trabajo de clase o para

mantenerse en forma? ¿Causará un conflicto con tu horario, requerirá desplazamientos o costará mucho dinero?

Colin terminó eligiendo el anuario escolar y el club de senderismo. Le gusta que el anuario le permita usar sus destrezas de escritura.

Además piensa que podría llegar a un puesto de liderazgo como editor. Y espera que el senderismo le ayude a realizar más actividad física. ¡Le hace mucha ilusión empezar! 👍



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 • ifecustomer@volterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5539