

# Middle Years

Working Together for School Success



## Short Stops

### Prepare for exams

Your tween will remember more information if he studies for finals over a longer period of time rather than cramming. Suggest that he create a study schedule and stick to it. He could also join a study group to stay on track.

### Words inspire confidence

The way your middle grader talks about herself can affect her self-esteem. If you hear her make a negative statement like “I can’t do this” or “I’m just not good at this,” have her turn it into a positive one. *Examples:* “I’ll try” or “I’m working on it.” Then, set an example by doing the same for yourself!

### A first aid kit

Ask your child to make a home first aid kit. He can fill a container with bandages, gauze, adhesive tape, and antiseptic wipes. Show him how to use the supplies so he learns what to do if he or someone else is injured. Encourage him to put the kit where family members can find it easily, perhaps in the hall closet.

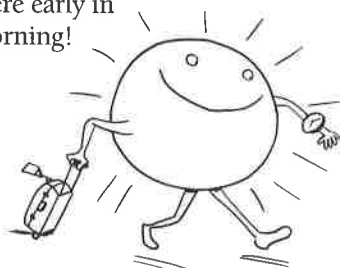
### Worth quoting

“The cure for boredom is curiosity. There is no cure for curiosity.”  
*Dorothy Parker*

### Just for fun

**Teacher:** How fast does light travel?

**Student:** I don’t know, but it sure gets here early in the morning!



## Keep your brain in gear

When the school year ends, the learning doesn’t have to. Keep your tween’s mind active all summer long with ideas like these.

### Take up a hobby

A hobby gives your child a meaningful way to spend time while she practices various skills. For example, knitting requires math and attention to detail. And chess promotes strategic thinking and patience. She could take a community center class or watch how-to videos. Then, suggest that she set a goal like knitting a scarf or beating you at chess before summer ends!



### Explore the community

Visiting new places will build your tween’s general knowledge. You might tour a museum or hike in a state park, for instance. During your adventures, encourage her to ask a docent or ranger

questions or to read signs to learn about the exhibits or wildlife.

### Look ahead to fall

Your child can get a head start on a subject she’ll study in school next year. For example, if she’ll take Spanish, she could download a free app to begin learning greetings and other phrases. Or if she signed up for engineering, she might look online for projects to try like designing a water bottle rocket or a solar panel. 👍

## Summer routines

Setting up a routine can add structure to your child’s summer on days when he’s home. Try these tips.

■ **Eating.** Plan regular family meals to stay connected with your middle grader. Also, have him help you stock healthy snacks and lunches he can prepare on his own if you’re not home.

■ **Sleeping.** Getting enough sleep is important for good health year-round. Set a reasonable bedtime, and have your tween get up by a set time. This is especially important toward the end of summer so he’ll be ready to return to his school schedule.

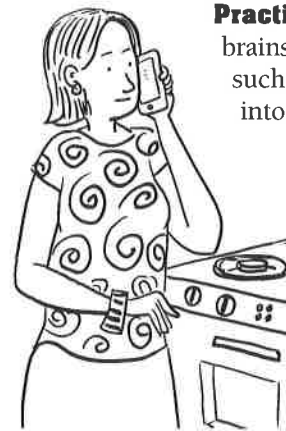
■ **Chores.** Keep your child in the routine of having regular responsibilities. You might give him a list of jobs for the week (laundry, vacuuming) and let him decide which day he’ll do each task. 👍



# Ways to handle peer pressure

Peer pressure can be positive when friends motivate your middle grader to read a good book or work out. But when he's pressured to do things that *aren't* good for him, he needs to be able to resist. Share these strategies.

**Listen to instincts.** If your tween is pressured to do something he knows isn't right (shoplifting, bullying), suggest that he ask himself, "Would I want my parents to know?" or "Is this safe (legal, kind)?" If the answer is no, he should listen to his instincts.



**Practice responses.** Together, brainstorm ways to say no, such as, "No thanks, I'm not into that" or "I don't want to get kicked off the swim team." Also, help your child think of ways to get out of uncomfortable or unsafe situations like being pressured to try alcohol. Agree on a phrase he will use in a call or text to you if he needs a way

out. Example: "Can you put my clothes in the dryer?" That's your cue to pick him up right away. 👍

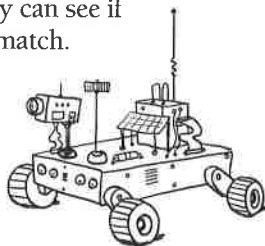


## Break into coding

Learning to code will make your child a better logical thinker and problem solver. It could even lead to a career one day. Spark her interest with these suggestions:

■ Can your tween and a friend draw identical pictures without seeing each other's papers? First, each person draws a 10-by-10 grid on her own paper. One person secretly chooses a crayon and draws a shape in any box on her grid. Then, she writes code telling the other person how to copy her drawing (starting in the bottom left-hand corner of her paper). Example: R3 U2 BT = move right three boxes, move up two, draw a blue triangle. Now it's the other person's turn to draw a shape and write code. After a few rounds, they can see if their drawings match.

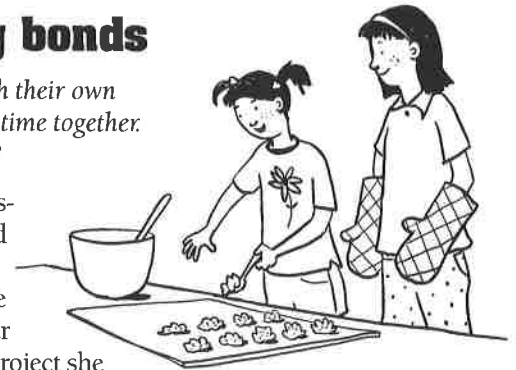
■ Help your middle grader find a computer class or club at school or the public library. Maybe she'll create a mobile app or build a Lego robot. Or she might use coding to make online games at a site like [code.org](http://code.org). 👍



## Q & A Building sibling bonds

**Q** My daughters are busy with their own friends and don't spend a lot of time together. How can I help them be closer?

**A** Suggest that your girls set aside "sister time" on a regular basis. They could take turns deciding what to do. Maybe your older daughter will teach her little sister to bake. Or perhaps your younger one will show her big sister a science project she did in school. They might even find ways to combine their talents or interests—say, by doing food-related science experiments.



Encouraging your daughters to support each other will also strengthen their relationship. Say your younger one is disappointed about not getting invited to a sleep-over. Quietly suggest to your older daughter that it would mean a lot if she comforted her little sister. She might show her funny videos or write a note about why she's a great sister, for instance. 👍

## Parent to Parent 'Zines by tweens

My son Brian recently submitted a short story about pet adoption to a teen magazine. That gave him the idea to publish his own 'zine, which he explained is a mini print magazine. He decided to focus on animal welfare and call his 'zine *Paws and Claws*.

In each issue, he highlights an animal in need of adoption. He prints a photo and

description from our local shelter's website and pastes them into his 'zine. The 'zine also features the adventures of his rescue hedgehog. He takes pictures of Hedgie curled into a ball or snuggled up in a blanket and writes funny captions.

Now each month, Brian makes photocopies of his 'zine and mails them to friends and relatives. Sometimes he even gets "fan mail," which motivates him to keep writing. 👍



**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](mailto:rfeustomer@wolterskluwer.com)  
[www.rfeonline.com](http://www.rfeonline.com)  
 ISSN 1540-5540

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



## Notas Breves

### Preparación para los exámenes

Su hijo recordará más información si estudia para los exámenes finales durante un período extendido de tiempo en lugar de todo de una vez. Sugíerale que se haga un horario de estudio y que lo siga. También podría unirse a un grupo de estudio para mantener la concentración.

### Las palabras inspiran confianza

La forma en que su hija hable de sí misma puede afectar su autoestima. Si oye que pronuncia frases negativas como "No puedo hacer esto" o "No soy buena para esto", procure que las convierta en frases positivas. *Ejemplo:* "Lo intentaré" o "Me estoy esforzando". Luego dé ejemplo ¡y haga usted también lo mismo!

### Botiquín de primeros auxilios

Pídale a su hijo que haga un botiquín de primeros auxilios para su hogar. Puede llenar un recipiente con vendas, gasa, esparadrado y toallitas antisépticas. Enséñele cómo usar los materiales para que sepa qué hacer si se lastiman él u otra persona. Anímelo a que ponga el botiquín donde los miembros de su familia lo encuentren con facilidad, por ejemplo en el armario del pasillo.

### Vale la pena citar

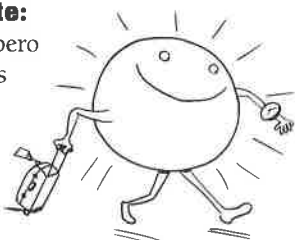
"La cura del aburrimiento es la curiosidad. No hay cura para la curiosidad".  
*Dorothy Parker*

### Simplemente cómico

**Maestra:** ¿A qué velocidad viaja la luz?

### Estudiante:

No lo sé, ¡pero la verdad es que llega aquí muy temprano por la mañana!



## Mantén el cerebro en marcha

Aunque el curso escolar termine, no hay razón para que se termine de aprender. Mantenga activa la mente de su hija todo el verano con ideas como éstas.

### Aficionarse a un pasatiempo

Los pasatiempos aportan maneras productivas de pasar el rato mientras que su hija practica diversas destrezas. Por ejemplo, tejer requiere matemáticas y atención al detalle. Y el ajedrez promueve el pensamiento estratégico y la paciencia. Su hija podría tomar una clase en el centro comunitario o ver videos de instrucciones. Luego sugíerale que se ponga una meta como tejer una bufanda o ¡ganarle a usted al ajedrez antes de que termine el verano!



guías del museo o a los guardabosques o a que lea los letreros para informarse sobre las exposiciones o sobre la flora y la fauna.

### Anticipen el otoño

Su hija puede adelantar un poco en una asignatura que estudiará en la escuela el próximo curso. Por ejemplo, si va a estudiar español podría descargarse una aplicación gratuita para empezar a aprender saludos y otras frases. O si se apuntó a ingeniería podría buscar proyectos en la red para intentar diseñar un cohete con una botella de agua o un panel solar. 👍

### Explorar la comunidad

Al visitar nuevos lugares se ampliarán los conocimientos generales de su hija. Podrían ir a un museo o caminar por un parque estatal, por ejemplo. Anímela durante sus aventuras a que haga preguntas a los

## Hábitos veraniegos

Los hábitos añaden estructura al verano de su hijo los días que está en casa. Ponga a prueba estos consejos.

■ **Comer.** Planeen comidas familiares regulares a fin de mantener la conexión con su hijo. Procure también que él ayude en el abastecimiento de meriendas y almuerzos sanos que pueda preparar solo si usted no está en casa.

■ **Dormir.** Dormir lo suficiente es importante para tener buena salud todo el año. Decidan una hora razonable para acostarse y que su hijo se levante a una hora fija. Esto es especialmente importante hacia el final del verano a fin de que esté listo para retomar el horario escolar.

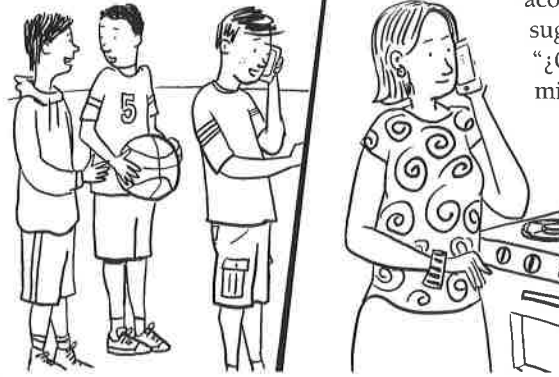
■ **Tareas.** Mantenga el hábito de que su hijo colabore con sus responsabilidades normales. Podría darle una lista de trabajos para la semana (lavar la ropa, pasar la aspiradora) y dejarle que decida qué día quiere hacer cada tarea. 👍



# Formas de gestionar la presión de los compañeros

La presión de los compañeros puede ser positiva cuando los amigos motivan a su hijo a que lea un buen libro o haga ejercicio. Pero cuando le presionan para que haga cosas que *no son* buenas para él, debe ser capaz de resistir. Comparta con él estas estrategias.

**Seguir el instinto.** Si presionan a su hijo para que haga algo que sabe que no está bien (robar en una tienda,



acosar a un compañero), sugiérale que se pregunte: “¿Quiero que sepan esto mis padres?” o “¿Es esto seguro (legal, amable)?” Si la respuesta es no, debería seguir su instinto.

**Practicar respuestas.** Piensen en formas de que su hijo diga no como “No, gracias, eso no

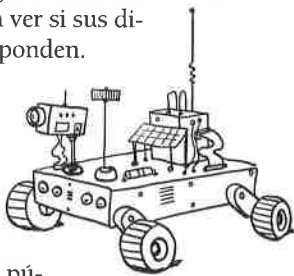
me va” o “No quiero que me expulsen del equipo de natación”. Así mismo, ayude a su hijo a que piense en maneras de evadirse de situaciones incómodas o arriesgadas como la presión para que beba alcohol. Pónganse de acuerdo en una frase que usará en una llamada o en un mensaje de texto si necesita una vía de escape. *Ejemplo:* “¿Puedes poner mi ropa en la secadora?” Ésta es la señal para que usted vaya inmediatamente a recogerlo. 👍

## Empezar a programar

Cuando aprenda a programar su hija pensará más lógicamente y resolverá mejor los problemas. Podría también encaminarla a una futura carrera. Despierte su interés con estas sugerencias:

■ ¿Pueden su hija y una amiga dibujar imágenes idénticas sin ver el papel de la otra? En primer lugar, cada participante dibuja una cuadrícula de 10 por 10 en su papel. Una persona elige en secreto un crayón de cualquier color y dibuja una forma en cualquier recuadro de su cuadrícula. Luego escribe en código diciéndole a la otra persona cómo copiar su dibujo empezando por la esquina inferior izquierda de su papel. *Ejemplo:* D3 A2 TA = mueve tres recuadros a la derecha, mueve dos hacia arriba, dibuja un triángulo azul. Después le toca a la otra persona dibujar una forma y escribir código. Al cabo de unos cuantos turnos, pueden ver si sus dibujos se corresponden.

■ Ayude a su hija a buscar una clase o un club de computación en la escuela o en la biblioteca pública. Quizá cree una aplicación o construya un robot Lego. También podría escribir código para hacer juegos en la red en un sitio como [code.org](http://code.org). 👍



## Reforzar los vínculos fraternales

**P** Mis hijas están ocupadas con sus amistades y no pasan mucho tiempo juntas. ¿Qué puedo hacer para que se unan más?

**R** Sugíérales a sus niñas que reserven “tiempo de hermanas” con regularidad. Podrían turnarse para decidir qué quieren hacer. Quizá su hija mayor le enseñe a su hermana pequeña a hornear. O la pequeña podría enseñarle a la mayor un proyecto que hizo en la escuela. Incluso podrían encontrar el modo de combinar sus talentos o sus aficiones, por ejemplo haciendo experimentos de ciencias relacionados con los alimentos.

Al animar a sus hijas a apoyarse mutuamente reforzará también su relación. Digamos que la más joven está disgustada porque no la invitaron a pasar la noche en casa de una amiga. Sugíérale a la mayor lo bonito que sería que consolara a su hermanita. Podría enseñarle videos divertidos o escribirle una nota diciéndole que es una hermana maravillosa, por ejemplo. 👍



## De padre a padre Mi propio zine

Hace poco mi hijo Brian envió una historia sobre la adopción de animales a una revista para adolescentes. Esto le dio la idea de publicar su propio zine y me explicó que es una pequeña revista impresa. Decidió concentrarse en el bienestar de los animales y llamó a su zine *Patas y Garras*.

En cada número presenta a un animal que necesita ser adoptado. Imprime una foto y

la descripción del sitio web del refugio para animales de nuestra ciudad y las pega en su zine. El zine cuenta también las aventuras de un erizo que ha rescatado. Hace fotos de Hedgie hecho un ovillo o envuelto en una manta y escribe cómicos pies de foto.

Cada mes Brian hace fotocopias de su zine y la envía en sus amigos y familiares. A veces recibe también “cartas de fanáticos”, lo que lo motiva a seguir escribiendo. 👍



### 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](mailto:rfeustomer@wolterskluwer.com)  
[www.rfeonline.com](http://www.rfeonline.com)  
ISSN 1540-5559