

# Middle Years

Working Together for School Success



## Short Stops

### Now hear this

Active listening skills will make your middle grader an effective communicator throughout life. Model these skills by looking at him when he talks to you and repeating what he says to show that you understood him. And have conversations about topics he's interested in so he practices speaking and listening.

### Who I want to be

Encourage your child to think about the kind of person she wants to be by creating a poster to remind herself of those goals. Maybe she hopes to be helpful or to see things through. She could write her ideas using colored pencils or markers and decorate the poster. Then, suggest that she hang it where she can see it every day.

### Paper chase

Do papers in your home quickly turn into piles? Make clearing the clutter into a family project. Sort papers together, deciding what to save and what to recycle, shred, or throw away. You'll teach your tween how to stay organized—and feel a sense of accomplishment together.

### Worth quoting

"The beginning is always today."  
*Mary Wollstonecraft Shelley*

### Just for fun

**Q:** What do pandas have that no other animal has?

**A:** Baby pandas!



## Reading: Dig deeper

Tweens are at a perfect age to connect in a deeper way with what they read. They're looking for situations and characters they can identify with, and they're able to understand more complicated ideas. Here are ways your middle grader can boost her reading comprehension skills.



### Connect with characters

As your child reads, suggest that she imagine which characters she'd want to be friends with. Encourage her to think of questions she would ask if she met them. For example, she may wonder about their favorite movies or books. Or she could ask, "What is your favorite room in the castle?"

### Play with point of view

Just as your youngster and a friend might see the same situation differently, so might the people in a book. She should consider who is telling the story. Say the daughter is the narrator of the story. How might the plot change if told through the eyes of the mother? How would the story

change if it was told in third person rather than first person?

### Go beyond the book

Have your tween use what she has read to come up with "before and after" stories that help her explore the book even more. Based on details in the text, she could write a prequel about what might have taken place in a character's life before the book started. Or she could write a sequel about what happens after the book ends. 👍

## Smart snacking strategies

When your child comes home from school, chances are he's hungry for a snack. Help him choose wisely using these tips.

**Fill the gap.** Suggest that your tween opt for proteins and high-fiber foods to give him energy until dinner. He could eat a turkey slice rolled into a slice of Swiss cheese and an orange, for example.

**Size it right.** Encourage your middle grader to read nutrition labels so he understands portion sizes (say, 10 pita chips or  $\frac{1}{4}$  cup of cottage cheese). He might even pre-measure snacks and put individual servings in containers or baggies.

**Mix it up.** Eating a variety of healthy foods will end snack boredom. Perhaps he'll try hard-boiled eggs and guacamole, plain Greek yogurt with cut-up fruit and a drizzle of honey, or popcorn combined with almonds and raisins. 👍



# Learn to bounce back

Resilient youngsters deal well with problems and stressful situations by having the ability to overcome setbacks. Consider these ideas for developing resilience in your middle schooler.

## Be consistent

A safe, loving home with regular routines goes a long way toward building resilience. Try to stick to rituals like talking to your tween about his school day and eating dinner together. Being able to



count on these everyday events will make it easier for him to deal with bumps in the road, such as not getting invited to a party or chosen for the school play.

## Keep going

Thinking about next steps will help your middle grader move forward—and feel more in control of his destiny. If your family is coping with a divorce, for exam-

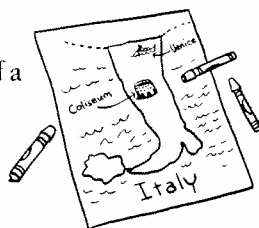
ple, suggest that he create a color-coded calendar showing which parent he is with each day. Also, share ways that you cope with challenges. You might tell him about a problem at work that you were able to turn around. Learning from your experiences shows him how people he respects overcome setbacks and succeed. 👍

# Location, location

How can your middle grader explore geography without ever leaving home? Suggest these activities.

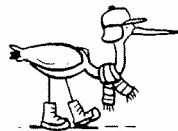
■ **Build.** Your tween could use Legos to build the Eiffel Tower or mold clay into the ancient pyramids. Or she might create the Grand Canyon out of paper mache.

■ **Draw.** Have your youngster draw a picture of a place she would like to visit. She might sketch boot-shaped Italy and add the canals of Venice, the Leaning Tower of Pisa, and the Coliseum in Rome.



■ **Celebrate.** Encourage your middle schooler to spearhead a family celebration of a holiday that's celebrated in a faraway land, such as China's Lantern Festival or Youth Day in Zambia.

■ **Play.** Over dinner, play "Geography." Your child begins by naming any city, state, or country. The next person has to say one starting with the last letter (Morocco, Oregon, New York City). Keep going until someone is stumped, and then start again. 👍



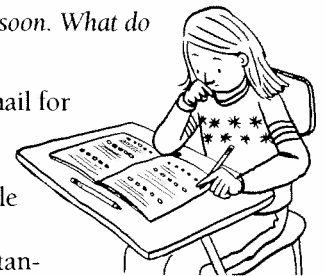
## Q & A

### The lowdown on standardized tests

**Q** My daughter will be taking standardized tests soon. What do I need to know?

**A** Watch your daughter's backpack or your email for information on when the tests will be given and what types she will take. Also look for notices about practice tests—these will make your youngster more comfortable with the real tests.

In middle school, your child may take one or more standardized tests each year. Her teacher will devote class time to test prep, so try to be sure your daughter doesn't miss any school days. To do well, students need to be in class and pay attention during reviews. Your child should also listen for any changes. For instance, the types of questions may be different from those in the past, and tests may no longer be timed. 👍



## Parent to Parent

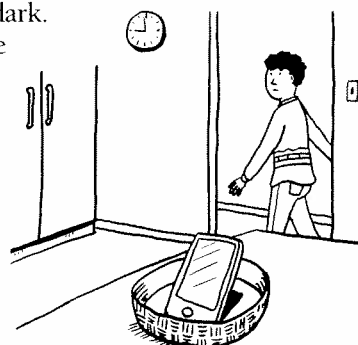
### Run phone interference

There were many nights when I passed my son Nathan's bedroom and saw his cell phone glowing in the dark. When I insisted that he shut off his phone, he would complain, "What if I miss something important?"

I realized that his phone was disrupting his sleep. We had a talk, and I set a couple of boundaries: no

phone after 9 p.m., and he had to leave it in the kitchen overnight. I suggested that he tell his friends he won't be using his phone during these times so they'll know he isn't ignoring them.

Nathan wasn't thrilled with the changes, but I tried to help him see that any texts or updates would still be there later. And while he hasn't admitted it, I can see he's waking up more refreshed. 👍



## 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  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5540

# Middle Years

Trabajando para el éxito escolar



## Notas Breves

### Escucha esto

La habilidad de escuchar activamente conseguirá que su hijo sea un buen comunicador toda su vida. Demuestre estas habilidades mirándolo a los ojos cuando él se dirija a usted y repitiendo lo que dice para darle a entender que usted lo ha comprendido. Y converse sobre temas que le interesan de modo que adquiera práctica en hablar y escuchar.

### Quién quiero ser

Anime a su hija a que piense en el tipo de persona que quiere ser haciendo un cartel que le recuerde sus objetivos. Quizá desea ser servicial o terminar bien las cosas. Podría escribir sus ideas con lápices o marcadores de colores y decorar el cartel. A continuación sugiérale que lo cuelgue donde pueda verlo cada día.

### Caza de papel

¿Cuánto tardan los papeles de su hogar en convertirse en montones? Limpian el desorden y conviértanlo en un proyecto familiar. Organicen juntos los papeles decidiendo lo que guardan y lo que reciclan, trituran o botan. Enseñará a su hijo a ser organizado y todos se sentirán satisfechos.

### Vale la pena citar

“El comienzo sucede siempre hoy”.  
Mary Wollstonecraft Shelley

### Simplemente cómico

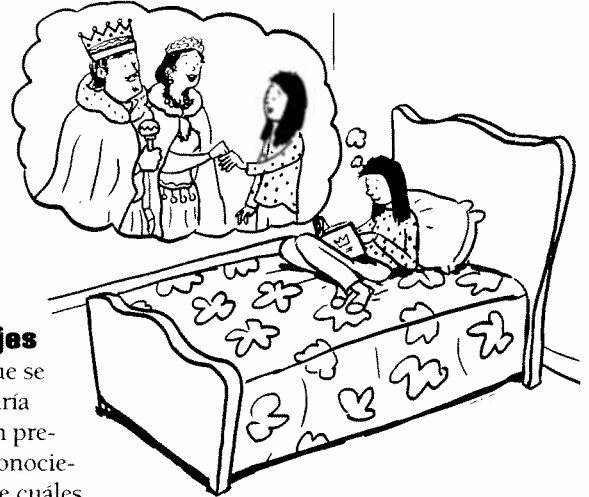
**P:** ¿Qué tienen los pandas que no tiene ningún otro animal?

**R:** ¡Bebés pandas!



## Lectura: Ir hasta el fondo

Los preadolescentes están en la edad perfecta para conectar más en profundidad con lo que leen. Buscan situaciones y personajes con los que se puedan identificar y son capaces de entender ideas más complicadas. He aquí formas de que su hija refuerce su habilidad de comprensión de lectura.



### Conectar con los personajes

Cuando su hija lea, sugiérale que se imagine de qué personajes le gustaría ser amiga. Animela a que piense en preguntas que podría hacerles si los conociera. Por ejemplo, podría preguntarse cuáles son sus películas o sus libros preferidos. También podría preguntar: “¿Cuál es tu habitación favorita en el castillo?”

se contara en tercera persona en lugar de primera persona?

### Jugar con el punto de vista

Igual que su hija y una amiga quizá vean una situación de formas distintas, lo mismo les sucede a los personajes de un libro. Su hija podría pensar en quién está contando la historia. Digamos que el narrador de la historia es la hija. ¿Cómo cambiaría el argumento si la contara la madre? ¿Cómo cambiaría la historia si

### Ir más allá del libro

Dígale a su hija que use lo que ha leído para inventar historias de “antes y después” que la ayuden a explorar el libro un poco más. Basándose en detalles del texto podría escribir una precuela sobre lo que podría haber tenido lugar en la vida de un personaje antes de que empezara el libro. También podría escribir una secuela sobre lo que ocurre después de que termine el libro. 👍

## Estrategias para las meriendas

Cuando su hijo regresa del colegio, lo más probable es que quiera merendar algo. Ayúdelo a elegir bien con estos consejos.

**Rellena el hueco.** Sugiérale a su hijo que opte por proteínas y alimentos ricos en fibra que le den energía hasta la hora de la cena. Podría comer una rodaja de pavo enrollada dentro de una loncha de queso suizo y una naranja, por ejemplo.

**Vigila el tamaño.** Anime a su hijo a que lea las etiquetas nutricionales para que entienda el tamaño de cada porción (por ejemplo, 10 chips de pan pita o  $\frac{1}{4}$  de taza de requesón). Podría también medir por adelantado sus tentempiés y colocar las porciones individuales en recipientes o bolsitas de plástico.

**Mézclalo.** Comer alimentos sanos variados terminará con el aburrimiento de los tentempiés. Puede probar huevos cocidos con guacamole, yogurt griego natural con trocitos de fruta y una gota de miel o palomitas de maíz combinadas con almendras y pasas. 👍



# Aprender a recuperarse

Los estudiantes con *fortaleza* de carácter hacen frente a los problemas y a las situaciones estresantes porque tienen la habilidad de superar los contratiempos. Tenga en cuenta estas ideas para desarrollar en su hijo la resistencia.

## Sean constantes

Un hogar seguro y cariñoso con hábitos regulares suele fortalecer la resistencia. Procure ser constante en rituales como hablar con su hijo sobre su jornada en la escuela y cenar juntos. Al poder contar con estos eventos



cotidianos, a su hijo le resultará más fácil superar los baches que encuentre, como que no lo inviten a una fiesta o no lo seleccionen para la obra de teatro.

## Sigan adelante

Pensar en los próximos pasos que ha de dar ayudará a su hijo a avanzar y a sentirse más en control de su destino. Si su familia se enfrenta a un divorcio, por ejemplo, sugiérole que haga un calendario

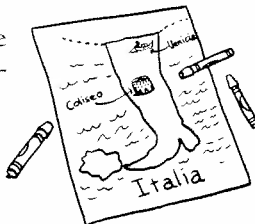
con un código de colores que enseñe con cuál de los padres está cada día. Así mismo, comparta con él la forma en la que *usted* hace frente a los retos. Podría hablarle de un problema que tuvo en el trabajo y al que logró darle la vuelta. Aprender de las experiencias de usted le demuestra cómo las personas que respetan superan los contratiempos y salen adelante. 👍

# Ubicación, ubicación

¿Cómo puede explorar su hija la geografía sin salir de casa? Sugiérole estas actividades.

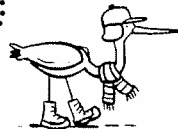
■ **Construir.** Su hija podría usar Legos para construir la Torre Eiffel o modelar las antiguas pirámides con arcilla. También podría crear el Gran Cañón con papel maché.

■ **Dibujar.** Dígale a su hija que dibuje a un lugar que le gustaría visitar. Podría esbozar Italia con su forma de bota y añadir los canales de Venecia, la Torre Inclinada de Pisa y el Coliseo de Roma.



■ **Celebrar.** Anime a su hija a que inicie una celebración familiar de una festividad que se celebre en un país lejano, como el Festival de los Faroles de China o el Día de la Juventud en Zambia.

■ **Jugar.** Jueguen a "Geografía" durante la cena. Su hija empieza nombrando una ciudad, estado o país. La siguiente persona tiene que decir algo que empiece con la última letra (México, Oregón, Nueva York). Sigán hasta que alguien se atasque y empiecen de nuevo. 👍

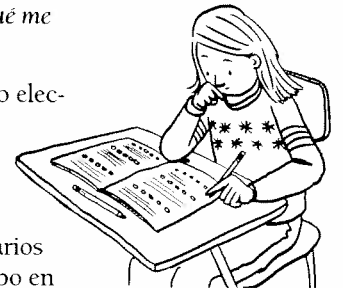


# Todo sobre los test estandarizados

**P** Mi hija tomará pronto test estandarizados. ¿Qué me conviene saber?

**R** Busque en la cartera de su hija o en su correo electrónico información sobre la fecha de los exámenes y cuáles tomará. Busque también anuncios de test de prácticas: lograrán que su hija se sienta más cómoda con los test de verdad.

En la escuela media su hija tendrá que tomar uno o varios test estandarizados cada curso. Su maestra dedicará tiempo en clase a la preparación así que procure que su hija no falte a clase. Para hacerlos bien los estudiantes tienen que asistir a clase y prestar atención durante los repasos. Su hija debería también estar atenta a los posibles cambios. Por ejemplo, el tipo de cuestión puede ser distinto del pasado y es posible que no haya limitación de tiempo para completar el test. 👍



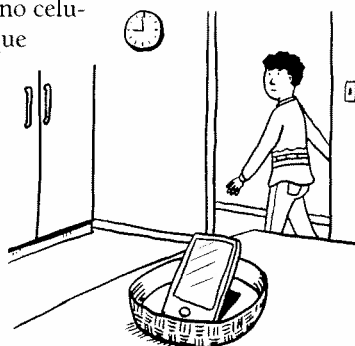
# De padre a padre Eviten el uso del teléfono

Al pasar por el dormitorio de mi hijo Nathan muchas noches veía en la oscuridad el brillo de su teléfono celular. Cuando insistía en que apagara el teléfono se quejaba: "¿Y si me pierdo algo importante?"

Me di cuenta de que el teléfono le estaba trastocando el sueño. Hablamos de ello y yo puse un par de normas: no podía usar el teléfono después de las

9 de la noche y tenía que dejarlo en la cocina durante la noche. Le sugerí que les contara a sus amigos que no podría usar el teléfono durante esas horas para que supieran que no los estaba evitando.

A Nathan no le gustaron los cambios, pero procuré que entendiera que los mensajes de texto y las novedades seguirían estando allí más tarde. Y aunque no lo admita yo puedo ver que se despierta más descansado. 👍



**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  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5559