

### **Asesoría a los padres (de un consejero de sexto grado):**

Tenga en cuenta que todos estos pensamientos, ejemplos y consejos provienen de experiencias reales que los niños tienen en la escuela secundaria. Espero que compartir esta información ayude a los padres de alumnos de 6º grado a sentirse mejor informados y equipados para ser los mejores padres que puedan ser durante estos años de escuela secundaria.

### **INCOMODO Y LA ESCUELA SECUNDARIA VAN JUNTOS COMO LECHE Y CEREAL:**

Sería un eufemismo decir que la escuela secundaria es un momento muy significativo en la vida de un niño. Los niños pasan por cambios increíbles emocional, física y socialmente. Espere que ocurran estos cambios e intente comprender que, aunque a veces es extremadamente incómodo, estos cambios son normales y naturales. Prepárese para esperar lo inesperado. La escuela secundaria también es un momento increíble con muchas cosas buenas que suceden. Hay muchas oportunidades con deportes, clubes y muchas otras experiencias increíbles para compartir. Recomendamos que sus hijos se unan al menos a un club o deporte. Cuanto más se involucren en actividades extracurriculares, más felices y saludables serán y más memorable será su experiencia en la escuela secundaria. Este artículo se centrará más en las cosas que debe tener en cuenta, pero sepa que, mientras lee, aunque la escuela secundaria puede ser difícil e incómoda a veces, también puede ser un momento maravilloso de crecimiento y desarrollo.

### **TECNOLOGÍA Y NECESIDAD DE SUEÑO:**

Debido a todos los increíbles cambios que sufren los niños de la escuela secundaria, es un hecho científico que los niños de la escuela secundaria necesitan dormir más, incluso más que los niños de la escuela primaria, al menos 9 horas/noche. La tentación de los padres de niños de secundaria es dejarlos quedarse despiertos más **tarde y no** controlar su uso de tecnología. La tecnología (teléfonos, juegos, etc.) es la razón número 1 por la que los niños se quedan despiertos hasta tarde. Es común ver un aumento de los comportamientos negativos en la escuela y en el hogar a medida que aumenta el uso de la tecnología y disminuyen las horas de sueño. Debe tener un plan para la cantidad de horas de tiempo frente a la pantalla que su hijo(a) tiene permitido por día o establecer un límite de tiempo cuando se debe apagar toda la tecnología. Ya sea que su hijo(a) pruebe o no que él/ella no puede moderar su tiempo frente a la pantalla, debe considerar seriamente que apaguen y enciendan los teléfonos y otros dispositivos, y haga que carguen sus dispositivos durante la noche en su habitación y no la de ellos.

### **TECNOLOGÍA Y ADICCIÓN:**

Es una realidad desafortunada que los dispositivos, aplicaciones y juegos estén diseñados para ser adictivos.

Hay muchos casos de adicción a la tecnología, y la lucha es real. Por ejemplo, juegos como Fortnite están específicamente diseñados para ser adictivos, y los niños harán todo lo posible para alimentar su adicción. A veces se quedan despiertos hasta las 4 de la mañana e intentan ocultar esto a sus padres. Con la adicción vienen muchos problemas. Esto puede incluir que su hijo(a) no quiera ir a la escuela, ir a la escuela con solo un par de horas de sueño, tener un mal

desempeño, quedarse dormido en clase y comportarse de una manera que los meta en problemas. Muchos niños experimentan una falta de identidad en el mundo real, mayor ansiedad y depresión. Los juegos pueden ser divertidos, pero deben ser moderados con los límites que los padres establecen y mantienen. Si su hijo(a) no sigue sus reglas, podría ser mejor quitarle ese juego o dispositivo por un tiempo. A veces necesitan saber que la tecnología es un privilegio y es algo que puede y será quitado si se abusa de ese privilegio. La escuela secundaria es un momento en el que podrían sentir un cambio en su relación, y esto es normal.

### **INDEPENDENCIA EN LA ESCUELA SECUNDARIA:**

También es normal que los niños de secundaria se vuelvan significativamente más independientes. Esto significa que dependen menos de usted para atender sus necesidades básicas. Todavía necesitan su amor y orientación en necesidades de nivel superior, como mantener su autoestima o ayudarlos a equilibrar su tiempo. A medida que se vuelven más independientes, es normal que los niños no hablen tanto con sus padres o deseen pasar menos tiempo con ellos. Es importante reservar un tiempo de calidad cada día para permitir la oportunidad de consultar con sus hijos sobre la escuela. Puede planear la hora de la cena donde todos compartan historias del día, como "altibajos". Solo recuerde que es normal y está bien que se vuelvan más independientes. Están comenzando a adquirir las habilidades que los ayudarán algún día a estar listos para mudarse por su cuenta.

### **ESTRUCTURA Y EXPECTATIVAS EN CASA:**

Los niños prosperan con estructura, expectativas y consistencia. Es muy importante útil darles tiempo asignado para hacer la tarea. Debería considerar reservar una hora cada día para que los niños puedan hacer la tarea o leer un libro si no tienen tarea. Sin embargo, puede ser muy difícil saber si su hijo(a) tiene tarea o no. Para responder a estas preguntas, deberá ser ingenioso. Deberá asegurarse de tener acceso a su cuenta ParentVue al comienzo del año escolar. Ahí es donde puede verificar sus calificaciones y asistencia. Nunca dude en enviar un correo electrónico al consejero de la escuela si tiene preguntas sobre la finalización del trabajo.

### **COMUNICACIÓN Y COLABORACIÓN:**

Se le anima a tener una comunicación abierta con los maestros. Dese cuenta de que los maestros de sus hijos son sus vecinos y amigos, y a veces se necesita una aldea para criar a los niños de manera efectiva. La comunicación es clave. La mejor manera de comunicarse con los maestros es por correo electrónico. Una estrategia que funciona bien para los padres es reservar un día cada semana en el que se sienten con su hijo(a) y verifiquen sus calificaciones y tareas en Parentvue y Google Classroom. Puede vincular su tiempo libre y sus privilegios a sus calificaciones (por ejemplo, si todas sus calificaciones son de 5 o más, obtienen más tiempo libre).

### **CALIFICACIÓN EN UNA ESCUELA MUNDIAL DEL PROGRAMA IB:**

En Lincoln, la calificación está en una escala de 0-8. Un cero significa que simplemente no han entregado nada. Un 5-6 es el nivel de grado o demuestra el dominio de una habilidad. Un puntaje de 7-8 indica que su hijo(a) se está desempeñando por encima del dominio de ciertas habilidades. No importa en qué nivel se encuentre su estudiante, siempre deben estar atentos a

lo que deben hacer para llegar al siguiente nivel. Pregúntele a su hijo(a) qué puede hacer para subir de grado. Si no sabe o no puede decirle específicamente qué se debe hacer para mejorar su calificación, este es el momento perfecto para sentarse con su estudiante y enviar un correo electrónico a ese maestro(a) o al consejero(a).

### **TECNOLOGÍA EN EL SALON (Y EN CASA):**

La mayoría de las clases usan Google Classroom. Esto es genial porque aquí es donde pueden ver sus tareas reales y hacer preguntas más específicas a los maestros cuando sea necesario. Ahora más que nunca, es muy útil tener acceso a Internet en algún tipo de dispositivo. Los niños necesitarán internet para acceder a Google Classroom y realizar gran parte de su trabajo en casa. Si necesita ayuda para obtener internet o simplemente no puede pagarlo, infórmele al consejero o a la directora. Es posible que puedan encontrar otras formas de ayudar.

### **ASISTENCIA - DEBE ESTAR PRESENTE PARA GANAR:**

Uno de los componentes más importantes para el éxito de los estudiantes es la asistencia. Es como un sorteo: deben estar presente para ganar. Y cuando su hijo(a) está ausente, pierde muchas oportunidades de aprender. A diferencia de la escuela primaria, donde tienen un maestro que les enseña muchas materias, ahora tienen entre 7 y 8 maestros diferentes. Los estudiantes y los padres deben tomar la iniciativa de recolectar y hacer trabajos de recuperación cuando estén ausentes. Si sabe que su hijo(a) va a faltar a la escuela, lo mejor que puede hacer es enviarles un correo electrónico a sus maestros y preguntarles amablemente qué debe hacer su estudiante para no quedarse atrás. Aunque la mayoría de los salones ahora están en Google, todavía hay algunos maestros que usan tareas impresas que puede recoger de la escuela. Es posible que deba enseñarles cómo hacerlo sentándose con ellos y enviando correos electrónicos a sus maestros juntos hasta que sea una habilidad que puedan hacer solos.

### **COMPORTAMIENTO Y RESPONSABILIDAD EN LA ESCUELA SECUNDARIA:**

En la escuela secundaria, los estudiantes tienen muchos maestros diferentes y las expectativas pueden ser ligeramente diferentes de una clase a otra. Tenemos reglas escolares que se aplican a todos los estudiantes en todos los salones. Esas reglas y el Código de Conducta del Estudiante están escritos en el planificador de cada estudiante y cubiertos en clases de asesoramiento durante el año escolar. Es normal que los niños cometan errores; A menudo es cómo aprenden. Lo importante es que aprendan de sus errores para poder corregir sus comportamientos y convertirse en mejores personas y no cometer los mismos errores una y otra vez. Queremos ayudar a su estudiante a desarrollar una mentalidad de crecimiento en todas las áreas de su vida.

### **LOS DESAFÍOS SON OPORTUNIDADES:**

Recuerde que, mientras espera una variedad de cambios, los desafíos que enfrentará su estudiante entrante de 6º grado son oportunidades para crecer y ser más inteligentes, más fuertes y equipados para enfrentar desafíos futuros. Trabaje con sus hijos con este espíritu: establezca límites, ayúdelos a establecer límites saludables y ¡trabajemos juntos para ayudar a mantener a todos nuestros hijos saludables y seguros!

### **CONSEJOS PARA UN ESTUDIANTE ENTRANTE A 6º GRADO:**

Aunque este artículo fue escrito para padres, me sentí obligado a incluir algunos consejos para estudiantes de 6º grado que los padres también pueden considerar:

- Duerman lo suficiente (trate de dormir 9 horas/noche)
- Lleguen a la escuela a tiempo y lleguen a tiempo a sus clases
- Asegúrense de comer (desayuno y almuerzo en Lincoln)
- Participen - únanse a un deporte o club
- No tengan miedo de hacer nuevos amigos
- Sean simple: hagan su mejor esfuerzo y tengan una buena actitud (The Lancer Way).
- Manténganse alejados del drama: el drama siempre distrae y es negativo.
- Establecer y comunicar límites saludables
- Defiendan lo que es correcto
- Sean amables con todos
- Acepten lo incómodo: ¡la escuela secundaria es un momento incómodo para todos y está bien!
- Encuentren algo de qué reírse todos los días.

Gracias por leer y no duden en ponerse en contacto conmigo en cualquier momento en Lincoln. Me encanta ayudar a los estudiantes de secundaria durante los próximos tres años con humor y un corazón abierto. Soy de Loveland y tengo una esposa por 25 años y dos hijos. Mi hermosa hija tiene Síndrome de Down y es animadora, nadadora, bailarina y futura concursante de "The Voice"/ex reina del baile. Mi hijo es músico. Asistió a Aims y Colorado State University. Está aprendiendo a ser Ingeniero de Sonido. ¡También estoy loco por mi gato, Tobey, que tiene 7 apodos!

¡No puedo esperar para conocerlos a todos y darles la bienvenida a la familia Lincoln!

Jeff Abrahamson, MSSC

Consejero de 6º Grado

Asesor de WEB

Secundaria Lincoln, una Escuela IB Mundial

970-488-5710

***"Cuando buscamos lo mejor en los demás, descubrimos lo mejor en nosotros mismos".***