

High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



Notas Breves

¡Buena pregunta!

Ser capaz de hacer preguntas es una destreza del pensamiento que los estudiantes de secundaria necesitan para triunfar en la escuela y en el trabajo. Pídale a su hija que escriba preguntas mientras hace los deberes. Luego puede formularlas— así como otras que se le ocurran— en las discusiones de clase. Aprenderá a desarrollar ideas y además mostrará interés a sus profesores.

Lecciones del Día de los Veteranos

Al acercarse el Día de los Veteranos el 11 de noviembre aproveche la festividad para que su hijo se informe sobre las fuerzas armadas. Sugíerale que visite un centro para veteranos mayores o residencias de vivienda asistida para leerles a los veteranos y escuchar sus historias. También podría acudir a eventos que conmemoren a los que han servido en las fuerzas armadas.

Practica en público

Hablar bien en público requiere práctica. Si su hija tiene que dar un discurso, sugíerale que ensaye la presentación frente a usted, otros familiares o frente a sus amigos. Cuando termine debería pedir opiniones a su público. Estos ensayos la ayudarán a prepararse mejor y a estar más serena cuando llegue el día de la verdad.

Vale la pena citar

“Cáete siete veces, levántate ocho”.
Proverbio japonés

Simplemente cómico

P: ¿Dónde duermen los libros?

R: Bajo sus cubiertas.



Normas eficaces

En lo tocante a poner límites a su hijo adolescente, las mejores normas son las que le enseñan a vivir con responsabilidad y con seguridad. Considere estas directrices.

Hora de llegada

Ponga una hora de llegada a casa y también establezca la norma de que su hijo le diga dónde va, con quién está, cómo se desplaza y qué cree que hará. Luego, si quiere quedarse un rato más porque, por ejemplo, un partido se extendió con la prórroga, deberá llamar a pedir permiso.

Comunicación

Mantenga siempre abiertos los canales de comunicación. Tanto si hablan de gastos, de salir con chicas, de trabajo o del tiempo libre, establezcan una “norma” para su hijo y para usted que diga que siempre puede acudir a usted con preguntas y con preocupaciones. Déjele claro que se le permite ser sincero con sus pensamientos y



sentimientos y que usted intentará guiarlo, no criticarlo.

Consecuencias

Buenas o malas, las consecuencias aportan la ocasión de enseñar algo. Dígale a su hijo que cuanto mejor siga las normas de casa, más libertad tendrá (llevar el auto más a menudo, por ejemplo). Si es necesario un castigo, dígale qué es (digamos que no le permiten salir el fin de semana) y luego deje de hablar. Escuchar lo que él tiene que decir sin seguir justificando su decisión le permitirá expresarse pero le mostrará que no hay nada que negociar. 👍

Consejos para los exámenes

Comparta con su hija estas estrategias para ayudarle a que saque lo mejor de sí misma en los test y las pruebas.

Cambia el orden. Anime a su hija a que eche un vistazo a todo el test y a que localice primero las partes más fáciles. Esto le dará seguridad para atreverse con las secciones más difíciles.

Lee las preguntas. Recuérdele a su estudiante que lea cada pregunta desde el comienzo hasta el fin. Jamás debería suponer lo que plantea una pregunta hasta no terminar de leer todo.

Reencauja tus nervios. Indíquele que el nerviosismo que siente demuestra que le importa lo que hace. A continuación sugíerale que reencauje esa energía alejándola de las preocupaciones y dirigiéndola hacia su trabajo con pensamientos como “Esto me lo sé” o “Contesta las preguntas de una en una”. 👍



Escribir para un público de verdad

Tanto si su hija está escribiendo un trabajo de clase o un artículo para el anuario escolar, debería entender que el público es su diana. Sugírela que se haga estas preguntas cuando se siente a escribir.

¿Quién es mi público? Tener en cuenta para quién está escribiendo ayudará a su hija a hallar su “voz”.

Si está escribiendo un artículo para la gaceta del club de arte podría pensar qué querrían saber sus compañeros artistas. En una carta para una primita más joven



debería usar lenguaje más sencillo que una niña en la escuela elemental pueda entender.

¿Cuál es la jerga?

Anime a su hija a que piense en las palabras y frases que elige. Su vocabulario debería encajar en el campo sobre el que escribe. Por ejemplo, si está reseñando altavoces en un sitio

de ventas podría usar palabras como “amplificador”, “registro superior” o “diseño”. 👍

Maneras de ponerse en forma

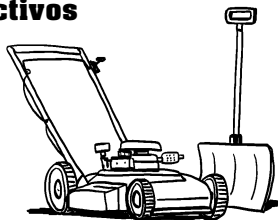
A su hijo le entusiasmará mantenerse en forma con estas estrategias.

Logros increíbles

¿Podría hacer su hijo 1,000 flexiones abdominales o levantar 10,000 libras? No de una sola vez. Pero si hace cinco planchas y cinco flexiones cada día, en unos pocos meses habrá hecho cientos. Anímelo a que lleve la cuenta sumando todo: esto le dará la oportunidad de ponerse metas y de alcanzarlas. Luego podría celebrar sus hitos, ¡como la plancha número 500!

Trabajos activos

El trabajo a tiempo parcial puede darle la ocasión a su hijo de no dejar de moverse. Aníme-



lo a que se mueva y consiga dinero por ello quitando nieve, cortando hierba o trabajando después del colegio en un programa deportivo para niños. Dígale que distribuya octavillas a sus vecinos o que contacte con el departamento de parques y recreo y YMCA de su localidad para localizar un empleo que requiera actividad física. 👍

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 1540-5613



Asistir a las reuniones de padres y maestros

P Mi hijo va bien en el colegio y veo sus notas en las tarjetas de evaluación. ¿Debería asistir también a las reuniones de padres y maestros aunque ya sepa qué tal va?

R En una palabra ¡sí! Las reuniones de padres y maestros son una forma estupenda de que usted participe en la educación de su hijo durante la secundaria y de que le ayude a seguir bien en sus estudios. Y además simplemente saber que usted va a la reunión le envía un importante mensaje a su hijo.

En la reunión podrá tener una conversación en dos direcciones sobre cómo su hijo puede aprovechar al máximo su educación. Vaya preparado para compartir sus ideas sobre lo que le entusiasma de sus estudios y también para hacer preguntas. Finalmente, procure averiguar cómo puede apoyar su educación en casa. 👍



De padre a padre Elija sus batallas

“¡A casa de la abuelita no vas a ir con todo ese maquillaje encima!”, le dije a mi hija. “¡Sube y lávate la cara! ¡Y si no, no bajas!”

Tina eligió no bajar y nos fuimos a casa de la abuelita sin ella. Yo estaba tan disgustada que apenas probé la cena. Me di cuenta de que deseaba más que mi hija estuviera allí de lo que me preocupaba su aspecto.

Cuando regresamos a casa me disculpé con Tina. Le dije que ella es lo suficientemente mayor para

tomar decisiones sobre su apariencia y que haría un trato con ella. Si continuaba su buena marcha en áreas importantes como las calificaciones y el comportamiento, sería más tolerante con cosas menos importantes, como el maquillaje que se pone.

Ha pasado un mes y Tina sigue llevando maquillaje que a veces me abochorona... pero va bien en sus estudios y es una muchacha buena y feliz. Yo procuro concentrarme en eso que es lo realmente importante. 👍

