

High School 1 YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida

Notas Breves



Adolescencia y privacidad

¿Se encierra a veces su hija en su cuarto? Es normal que los adolescentes quieran estar a solas para pensar, escuchar música o hablar por teléfono. Procure darle la privacidad que necesita con unas cuantas normas (no cerrar la puerta con llave, abrirla cuando uno de los padres llame).

Hablar del colegio

Demuestre interés por los estudios de su hijo haciendo preguntas. En vez de: “¿Qué hiciste hoy en el instituto?” pruebe con: “¿Qué estudiaste hoy en biología?” Cuando usted revise los papeles que trae a casa, consiga que le “enseñe” a usted algo interesante (“¿Qué es exactamente el ADN?”).

No a los robos en tiendas

Algunos adolescentes piensan que robar en una tienda es una emoción inofensiva. Quizá sus amigos los tienen para que lo hagan (o para que distraigan a los empleados de las tiendas mientras sus amigos roban). Asegúrese de que sus hijos entienden que llevarse de la tienda algo sin pagar es deshonesto e ilegal. Recuérdeles que si roban en una tienda podrían arrestarlos.

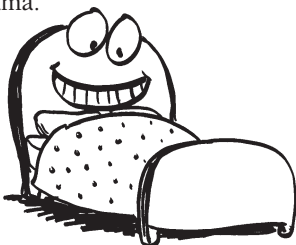
Vale la pena citar

“No juzgues cada día por la cosecha que recoges sino por las semillas que plantas”. *Robert Louis Stevenson*

Simplemente cómico

P: ¿Qué tiene cabeza y pie pero no tiene brazos?

R: Una cama.



La clase es importante

Su hijo pasa quizá unas seis horas al día en clase. Anímelo a aprovechar al máximo ese tiempo yendo preparado, prestando atención y participando en clase. Comparta con él estas ideas.

Prepárate. Anime a su hijo a hacer la tarea a tiempo y a ir al día con las lecturas relacionadas. Si el material le resulta familiar podrá seguir mejor las explicaciones del profesor y entender la información. Es probable, además, que sepa la respuesta cuando un profesor le haga una pregunta.

Presta atención. Recuerde a su hijo que escuche con atención durante la clase. Un buen método es tomar apuntes pues escribir los puntos clave le permitirá concentrarse en lo que diga el profesor. ¿Habla durante la clase o se distrae? Recomiéndele que se siente delante—y lejos de sus amigos—para no distraerse.



Participa. Tomar parte en las discusiones de clase demuestra al profesor que su hijo entiende el material. Sugíerale que haga preguntas o que añada sus propios comentarios. Usted puede darle confianza para levantar la mano en clase valorando las opiniones que exprese en casa. (“Buena observación. ¿Has mencionado esta idea en clase?”) 👍

Planear proyectos

Cuando su hija tenga un proyecto en equipo, organizarse puede influir en el resultado. Sugíerale estas ideas para empezar a hacerlo:

- Consigan el número de teléfono y la dirección de e-mail de todos. Los miembros del equipo pueden meter los números en sus celulares o escribir las direcciones de correo electrónico en sus agendas.
- Lean el proyecto en la primera reunión. Comenten ideas para el formato (cartel, vídeo, debate) y pónganse de acuerdo sobre el que crean que funcionará mejor.
- Que cada miembro del grupo se ofrezca voluntario para una tarea (investigar una sección, diseñar un panfleto, escribir el guión). Pongan fechas tope para cada trabajo.
- Decidan cuándo y dónde se reunirá el grupo (en la biblioteca, los jueves después de clase). 👍

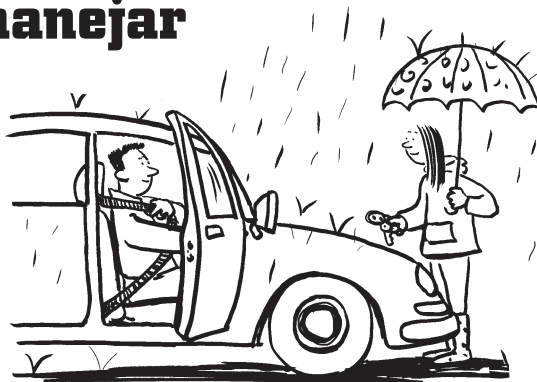


Licencia para manejar

Los adolescentes necesitan mucha práctica al volante cuando están aprendiendo a manejar. He aquí algunas formas de ayudar a su hija a ser una conductora prudente.

Familiarizarse con el auto

Examinen primero de todo el salpicadero. Su hija debería saber cómo usar los intermitentes, las luces, las luces de emergencia y otros rasgos. Enséñele a ajustar el asiento de modo que alcance con comodidad los pedales y los espejos retrovisor y laterales de modo que pueda ver bien. Asegúrese de que se abroche el cinturón y aconséjele que se cerciore de que sus pasajeros también lo hacen.



Empezar despacio

Enséñele a manejar un auto conduciendo en aparcamientos vacíos (por ejemplo, el aparcamiento de una escuela el domingo por la tarde) o en carreteras comarcales con poco tráfico. Pasen a carreteras más concurridas cuando su hija se sienta lista para ello. Mientras manejan, dele instrucciones claras y con calma. *Ejemplo:* "Cuando sea seguro hacerlo, pasa al carril derecho".

Cambiar las condiciones

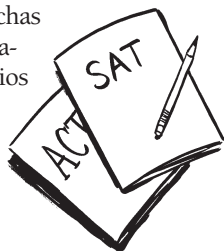
Una vez que su hija domine el auto con poco tráfico durante el día y con tiempo seco, procure que practique de noche, con lluvia o nieve y en autopistas congestionadas. Se hará mejor conductora cuanto más tiempo pase al volante en condiciones diversas.

Nota: Su hija aprende viéndolo a usted manejar. Dele buen ejemplo obedeciendo todas las normas de tráfico. 👍

Guía a los exámenes para la universidad

Los resultados de su hijo en los exámenes de entrada a la universidad determinarán en parte qué universidades lo aceptan. Irá con ventaja si se familiariza con los tests:

- Los juniors deberían matricularse ahora para los SAT y ACT. Los estudiantes pueden hacerlos muchas veces y enviar sus mejores resultados a las universidades en las que buscan admisión. Los tests se toman durante el invierno o la primavera del año junior y en el otoño del año senior. Diga a su hijo que se entere de las fechas en la oficina del orientador escolar o en los sitios web de los exámenes (www.collegeboard.com para el SAT y www.actstudent.org para el ACT).



- Anime a su hijo a repasar los resultados de las versiones de práctica de los SAT (llamado PSAT) o del ACT (llamado PLAN) que tomó en el otoño. Puede ver qué formato le va mejor a él. La tarjeta con el resultado especificará el número y el tipo de preguntas que contestó acertada e incorrectamente y así podrá concentrar sus esfuerzos mejor cuando estudie para el examen de verdad. 👍



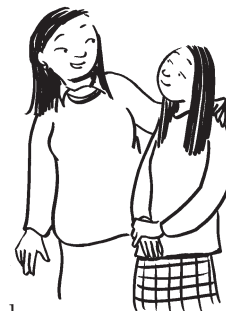
P & R Depresión en la adolescencia

P Mi hija no ha visto a sus amigas en los últimos tiempos y duerme hasta las 3 los fines de semana. ¿Podría estar deprimida?

R La depresión en la adolescencia puede ser difícil de diagnosticar porque el humor de los adolescentes cambia mucho. Pero síntomas que duran más de dos semanas podrían indicar que existe un problema. Aislarse de sus amigos y dormir en exceso son síntomas de depresión. También lo son cambios en los hábitos alimenticios, malas notas repentinas y comportamientos "arriesgados" como actividad sexual o uso de drogas.

Su hija puede ser más vulnerable aún si en su familia ha habido casos de depresión, si tiene poca autoestima o si se enfrenta a una situación emocional dura como el divorcio de los padres o la ruptura con su novio.

Hable con su hija. Déjele claro que puede contar con usted si quiere sincerarse. Contacte también con su pediatra o con la clínica local. Tal vez puedan examinar a su hija por si tuviera depresión o referirla a un especialista de salud mental. 👍



De padre a padre Mejores notas

Mi hijo se llevó una decepción recientemente cuando recibió una C en un trabajo de inglés. Le animé a que hablara con su profesor y a que averiguara la razón.

Mr. Brooks le dijo a Amit que le gustaba su tema. Pero a continuación le señaló varios puntos débiles y le dio ideas a mi hijo para mejorar su escritura tales como usar ejemplos para apoyar sus opiniones. El profesor también le dijo que necesitaba incluir conectores como "Así pues" y "Además"



entre párrafos para que su redacción fluyera mejor. Finalmente le dijo a Amit que tuviera cuidado con pasar del presente al pasado de los verbos en plena redacción.

Mr. Brooks le recomendó a Amit que la próxima vez que escriba un trabajo le lleve primero un borrador para que se lo corrija. Y le sugirió que acudiera al centro de escritura del instituto después de clase en busca de ayuda. Amit pensó que ambas ideas eran buenas y piensa ponerlas en práctica la próxima vez que tenga que escribir. 👍

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 Aspen Publishers, Inc.
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5613