

High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



Notas Breves

Ideas para las tutorías

Los estudiantes competentes saben cuándo han de pedir ayuda. Si su hijo tiene dificultades con una materia, sugiérale que hable con su profesora. Podría trabajar con él después del colegio o recomendarle un compañero de clase que le eche una mano. Su hijo puede también llamar a bibliotecas y centros comunitarios para averiguar si ofrecen tutorías gratis.

Adolescentes avergonzados

Es natural que los adolescentes a veces tengan vergüenza de sus padres. Por ejemplo, su hija podría pedirle que no camine a su lado en el centro comercial. En lugar de insistir, dele espacio. Si usted se da cuenta de que este comportamiento desaparecerá cuando crezca, quizá no se lo tome tan a título personal.

Caza del tesoro

Apaguen el televisor, desconecten las computadoras y esta noche disfruten con una busca del tesoro a la luz de la linterna. Escondan objetos (calcetines rojos, tubo de pasta de dientes) por la casa y den a cada persona una lista de los "tesoros". Luego apaguen las luces y usen linternas para buscarlos. La persona que encuentra más objetos se encarga de organizar el próximo turno.

Vale la pena citar

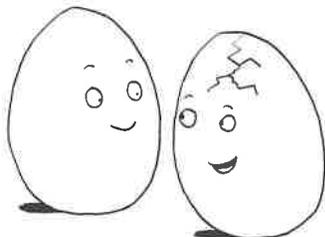
"De qué sirve el calor del verano sin el frío del invierno que lo endulce".

John Steinbeck

Simplemente cómico

P: ¿Qué le dijo un huevo al otro?

R: ¡Me parto de risa contigo!



Sigan participando

Su hija se hace más independiente cada día. Pero sigue necesitando que ustedes participen en su vida escolar. Lo cierto es que los estudiantes aprenden más cuando sus padres se interesan en su educación. Pongan a prueba estos consejos.

Muestren interés en casa

Pregunten con regularidad qué está aprendiendo su hija. Quizá se enteren de más cosas si esperan hasta que ella mencione una clase o una tarea. Ofrezcanle también ayuda en la preparación de exámenes o piensen con ella temas para un proyecto de ciencias. Otra idea es visitar museos, lugares históricos y otros sitios relacionados con lo que está estudiando.

Vayan al colegio

Procuren participar en las actividades por la tarde y el fin de semana. Lean los correos electrónicos del colegio y consulten la página web para enterarse de fechas y horarios. Junto con su hija podrían asistir a una sesión informativa sobre el acoso escolar o la ayuda económica. Vayan a las obras de teatro y a los eventos deportivos:



aunque su hija no esté en el reparto o en el equipo demostrarán así su apoyo al colegio.

Contacten con los orientadores

Preséntense a la orientadora de su hija y luego acudan a ella cuando tengan preguntas o necesiten consejo. Posee abundante información que puede resultarles útiles para ayudar a su hija. Por ejemplo, su ayuda es muy valiosa a la hora de elegir cursos, para planear la universidad y la carrera profesional y para asuntos de seguridad en la red. 👍

Lidiar con la presión de los compañeros

Si un amigo presionara a su hijo para que use drogas o se salte las clases, ¿cómo reaccionaría él? Tengan en cuenta este consejo:

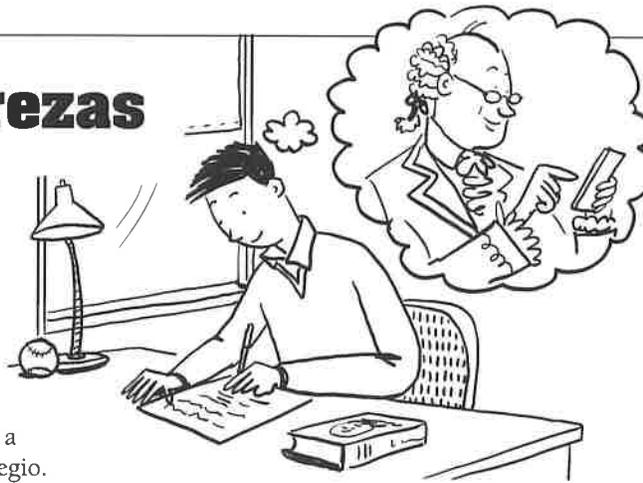
■ Practiquen juntos modos de responder a la presión. Explíquese que es mejor que sus respuestas sean breves y que vayan al grano, dando así menos lugar a las discusiones. *Ejemplos:* "Las drogas no me van. Mejor compramos algo de comida" o "No pienso saltarme la clase. Me he esforzado mucho con mi trabajo y tengo que entregarlo hoy".

■ Denle una "salida" a su hijo. Díganle que los llame o les envíe un mensaje de texto cuando sienta que la situación se le escapa de las manos, sin interrogatorios. 👍



Refuercen destrezas con la “micro escritura”

Aunque su hijo no se dé cuenta, cada vez que escribe un mensaje de texto o una nota en los medios de comunicación social está pensando en la elección de palabra, la audiencia y el tono. He aquí cómo esta “micro escritura” puede ayudarle a practicar las destrezas que necesita en el colegio.



Elección de palabra. Si los autores de la Constitución estuvieran en Twitter, ¿cómo habrían tuiteado el prólogo? Desafíe a su hijo a que traduzca un párrafo de un documento histórico o de una

de sus novelas favoritas a un mensaje de 280 caracteres. Tendrá que elegir las palabras justas para comunicar su mensaje.

Audiencia. “Hola, chico, ¿qué tal?” puede ser apropiado para un correo a su mejor amigo. Pero pregúntele cómo le comunicaría ese mismo sentimiento a su abuelo (“Querido abuelito: ¿cómo va tu día?”).

Tono. Añadir un emoticón (☺, ☹) puede influir en el tono de un mensaje. Túrñense eligiendo un emoticón y usando palabras para comunicar el mismo tono. *Ejemplo:* ☹ = “Siento lo que me cuentas”. 👍



PER Con plena atención

P Mi hija tiene la tendencia a obsesionarse con el pasado y preocuparse por el futuro. ¿Cómo puedo ayudarla a que se centre más en el presente?

R Una forma de que su hija se sienta más feliz es aprender a ser plenamente consciente, lo que le ayudará a vivir “en el momento”.



Por ejemplo, animela a que disfrute de una taza de té o una merienda con usted después del colegio. Cierren los ojos, saboreen y hablen de los sabores y los olores que perciben.

Sugírela que preste atención a su respiración cuando haga ejercicio. También podría concentrarse en cómo siente el viento en su cabello cuando monta en bici o en el sonido que sus pies hacen en el piso cuando corre.

Aunque nadie puede evitar por completo el estrés, su hija se distraerá al usar los sentidos para percibir y apreciar el mundo que la rodea tal como es ahora mismo. 👍

De padre a padre Presupuesto para las fiestas

El año pasado mi esposo y yo dependimos de las tarjetas de crédito para las compras de las fiestas, algo que lamentamos cuando llegó enero. Este año estamos reduciendo los gastos. Decidimos hablar con claridad a nuestro hijo Cody sobre nuestro presupuesto y a enfrentarnos a la situación como una lección de responsabilidad financiera.

Le comunicamos la cantidad que podemos gastar y lo animamos a que compartiera ideas para sacarle el máximo provecho al dinero. Como una comida de las fiestas se celebrará en nuestro hogar, nos sugirió que cada persona trajera un plato. También pensó que podríamos hacer los regalos para algunas personas de nuestra lista. Por ejemplo, podríamos hacer galletas para los profesores y los vecinos.

Confío en que ahora podamos disfrutar de las fiestas sin gastar mucho y me alegro de que Cody empiece a entender que el dinero es limitado. 👍



¿Qué probabilidades hay?

Tienen una baraja de cartas sin el comodín. ¿Cuál es la probabilidad de sacar un corazón en su primer intento?

Diviértanse calculando con su hija la probabilidad y comprobando el resultado real. Den los siguientes pasos.

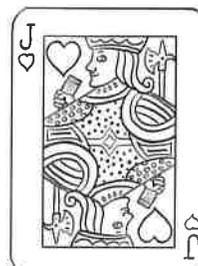
1. Averigüen el número de resultados favorables (en este caso, en número de corazones). *Respuesta:* 13.
2. Averigüen el número total de resultados posibles (el número total de cartas). *Respuesta:* 52.
3. Hagan una fracción: los resultados favorables divididos por los resultados posibles. *Respuesta:* $\frac{13}{52}$ o $\frac{1}{4}$. Así

que tiene 1 probabilidad en 4 de sacar un corazón la primera vez.

4. ¡Prueben ahora! Si saca una carta 12 veces distintas (devolviendo la carta a la baraja y barajando cada vez), ¿con qué frecuencia debería sacar un corazón?

Respuesta: ($\frac{1}{4} \times 12 = 3$).

Su hija puede o no sacar un corazón 3 veces. De hecho es posible (pero improbable) que no saque ninguno o que saque 12 corazones. Usted puede explicarle que esa es la naturaleza de la probabilidad. En realidad tendría que repetir el experimento docenas de veces para darse cuenta de que saca un corazón alrededor de un cuarto de las veces. 👍



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
 www.rfeonline.com
 ISSN 1540-5613