

High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



Notas Breves

Ayuda económica para la universidad

Si su hija va a la universidad el otoño que viene, es tiempo de pensar en la ayuda económica. La Soli-citud Gratuita de Ayuda Federal para estudiantes (FAFSA) para el curso 2020–21 está disponible este mes en *fafsa.gov* y en la aplicación móvil myS-tudentAid. *Consejo:* Solicítela tan pronto como sea posible para aprove-char al máximo la cantidad de ayuda que pueda recibir su hija.

¡Buena pregunta!

Hacer preguntas en clase contribuye a que su hijo aprenda mejor. Si titubea en levantar la mano, sugiérale que escriba primero su pregunta para sentirse más seguro. Si no tiene tiempo para formular todas sus preguntas podría acudir al profesor después de clase.

¿SABÍA USTED?

El azúcar puede ser adicti-vo: cuanto más consuma su hija, más querrá. Para romper el círculo vicioso, anímela a que beba agua y leche desnatada en lugar de refrescos o de bebidas energéticas. Sugiérole tam-bién que coma fruta fresca en lugar de jugo de frutas y que elija yogur natural en vez de yogur azucarado.

Vale la pena cita

“El secreto de avanzar es empezar”.
Mark Twain

Simplemente cómico

P: ¿Qué le pasó a la planta en clase de matemáticas?

R: ¡Que le salieron raíces cuadradas!



Cómo conseguir que su hijo le hable francamente

A veces parece increíble creerlo, pero los adolescentes quieren hablar de sus vidas con sus padres. Y los que lo hacen suelen ir mejor en sus estudios y sue-len resistirse a los comportamientos arriesgados. Ponga a prueba estas ideas para animar a su hijo a abrirse a usted.

Pida su opinión

Los estudiantes de secundaria tienen sus propias opiniones sobre muchos temas. Averigüe que piensa su hijo sobre un artículo de periódico, cómo se siente sobre los Lunes sin Carne o quién cree que llegará a la postemporada de fútbol americano. Escuche sus respuestas con atención: él se dará cuenta de que a usted le interesa su opinión.

Préstele toda su atención

El tiempo que pasa regularmente a solas con su hijo le permite hablar con usted en privado y sin que otros escuchen. Podrían sacar de paseo a los perros por la noche o cocinar panqueques los domingos antes de que los demás se despierten. Otras ideas incluyen hablar mientras lanzan tiros libres o que usted se pase por su cuarto a



darle las buenas noches. Conviértalo en un hábito para que él sepa que ése es el momento de mencionar lo que le preocupa o simplemente charlar.

Animelo a hablar

Si su hijo hace un comentario que le afecta a usted (“¡Esa fiesta fue un dispa-arte!”) y luego se calla, no se apresure a llenar el silencio. Quizá necesite tiempo para encontrar las palabras. Si no continúa, há-gale preguntas que le ayuden a contar la historia pero que no suenen a interrogato-rio. (“Era su cumpleaños, ¿verdad?” en lugar de “¿Había alcohol?”) 👍

¡A por tu meta!

Las metas académicas contribuyen a su que su atarreada hija pueda concentrarse en lo que más importa. Comparta con ella este consejo para ponerse metas.

■ **Específicas y realistas.** Es probable que su hija alcance una meta como “Sacaré una A en mi próximo examen de álgebra” con más facilidad que “¡Bordaré el álgebra este semestre!” O en lugar de una meta general (“Me organizaré mejor”) podría concentrarse en poner al día su agenda a diario.

■ **Hacer un plan.** Su hija debe decidir qué hará para alcanzar cada meta, por ejemplo empezar un grupo de estudio o meter en la mochila la agenda cada día.

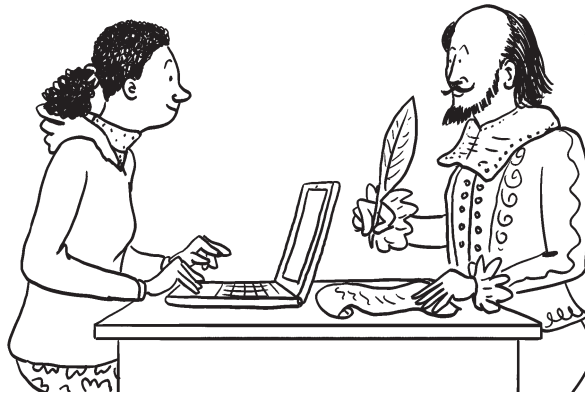
Idea: Sugiérole que escriba cada meta en tiras de papel de colores y las ponga a la vista. 👍



Escribir con perspectiva

¿Le han mandado a su hija un trabajo de investigación? Lo más difícil puede ser empezar. Sugiera estos pasos.

1. Acótalo. Puede que el tema de su hija sea las obras de Shakespeare o el medio ambiente. Anímela a que ponga un cronómetro para cinco minutos y que escriba lo que se le ocurra sobre el tema. (“Shakespeare usaba un lenguaje poco común. ¿Hay alguien todavía que hable así? He oído frases de sus obras en algunas canciones”).



Podría decidir que escribirá su trabajo desde la perspectiva “La lengua de Shakespeare hoy”. Sugiera también que haga una lista de palabras relacionadas: para el medio ambiente podría anotar *contaminación, océanos, bolsas de plástico y reciclaje*. La lista podría conducirla hasta su perspectiva de trabajo, por ejemplo “Efectos de las bolsas de plástico en los océanos”.

2. Elige tu tesis. Una tesis es lo que demostrará o apoyará el trabajo de su hija. Debe cerciorarse de que sea algo que puede respaldar con su investigación. Dígale que escriba una frase basada en el punto de vista que ha elegido. *Ejemplos:* “La gente cree que el lenguaje de Shakespeare está ‘muerto’, pero aparece en la cultura moderna” o “La prohibición de las bolsas de plástico conseguirá océanos más sanos”. *Nota:* Quizá tenga que revisar su tesis según avanza su investigación. 👍

PER Más seguridad en la carretera

P Mi hijo acaba de sacarse la licencia de conductor. Como padre, ¿qué puedo hacer para protegerlo en la carretera?

R Probablemente ya han comentado el uso del cinturón de seguridad, que no beba y que no envíe mensajes de texto mientras maneja. Pero la causa principal de los accidentes mortales entre los adolescentes es la falta de experiencia. Se necesita tiempo, sensatez y habilidad para conducir con seguridad.

Lo mejor que puede hacer es pasar tiempo en el auto con su hijo. Cuando usted sea el pasajero, indíquele lo que hace bien (“Hiciste bien en ceder el paso”) y mal (“Usa siempre el intermitente”). Cuando maneje usted, dé ejemplo y explíquese sus hábitos prudentes (mantener una distancia de seguridad entre autos, aminorar la velocidad con mal tiempo).



Conducir de noche añade retos a los jóvenes conductores, así que piense en reducir sus privilegios por el momento. Y como los amigos siempre son una distracción en el auto, también podría poner normas al respecto (no llevar pasajeros excepto de la familia). 👍

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



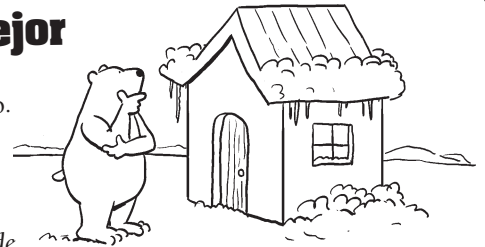
Diseñar un tejado mejor

Dígale a su hijo que imagine que es un ingeniero que diseña una casa en el Ártico. ¿Cómo diseñaría un tejado que aguante la pesada carga de la nieve? Esta actividad puede ayudarle a decidirlo.

Materiales: internet o libros, tres cajas de zapatos, tijeras, cinta adhesiva, cartulina o cartón, harina, taza de medir

Dígale a su hijo que se informe en internet o en libros sobre los tipos de tejado usados en distintas partes del mundo. Luego puede usar cartulina o cartón y cinta para construir un tipo de tejado distinto para cada caja de zapatos, por ejemplo plano, curvado o en pendiente. Para comprobar cada diseño tiene que espolvorear 1 taza de harina (“nieve”) en cada tejado. ¿Se apila la nieve o se desliza? ¿Se comba el tejado o se hunde? ¿Qué diseño funciona mejor?

Anímelo a que piense en otros climas y a que cree modelos nuevos que aguanten esas condiciones climatológicas. ¿Qué forma de tejado iría mejor para los vientos fuertes? ¿Y para las lluvias? Sugiera que experimente para comprobar sus predicciones. 👍



De padre a padre La importancia de la amistad

Mi hija Jayla puede ser tímida, como yo, y no siempre le resulta fácil hacer amistades. Pero su orientadora me dijo que los adolescentes tienen una actitud más positiva y van mejor en los estudios cuando tienen buenos amigos. Esto es porque se sienten más conectados, sienten que encajan bien.

Se lo mencioné a Jayla y analizamos qué es una “buena amiga”. Jayla dijo que es alguien leal y

divertido. Luego pensamos en formas de hacer amistades. A ella le encanta la ciencia y la fotografía, así que buscamos en el sitio web del colegio clubs a los que se pueda unir. También le dije que puede invitar a sus compañeras a casa para estudiar o simplemente de visita.

Y las dos acordamos que intentaremos hablar con más gente nueva. Ahora Jayla tiene nuevos amigos en el colegio ¡y yo también tengo algunos en mi trabajo! 👍

