

Septiembre de 2009

High School 1 YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida

Notas Breves



Actividades escolares

Una actividad extraescolar le enseñará a su hijo nuevas habilidades en un ambiente divertido. Por ejemplo, el club de francés puede darle soltura con la lengua y el equipo de debate puede contribuir a que escriba mejor y a fortalecerle el pensamiento crítico. Sugiera a su hijo que vaya a la feria de actividades de su instituto o que se entere de los detalles hablando con el asesor del club.

Mensajes de texto

Parece que hoy día los adolescentes se comunican más por mensajes de texto que por llamadas telefónicas. Vaya al territorio de su hija enviándole mensajes de texto para decirle que la recoge para llevarla a casa o para saber cómo le va cuando esté con amigos. *Nota:* Asegúrese de obedecer las normas de la escuela sobre el uso del celular durante el horario escolar.

“Qué divertido era...”

Fomente la risa en su hogar con un diario de comedia familiar. Anote acontecimientos divertidos en una libreta pequeña. *Ejemplo:* “¡Billy intentó meterse en un auto que se parecía al nuestro pero era de otra persona!” Coloquen el diario en un estante o en una mesa donde los miembros de su familia puedan echarle un vistazo cuando necesiten reírse un poco.

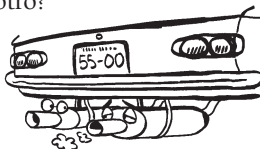
Vale la pena citar

“Si quiere que sus hijos mantengan los pies en el suelo, ponga algo de responsabilidad sobre sus hombros”.
Abigail Van Buren

Simplemente cómico

P: ¿Qué le dijo el tubo de escape de un auto al de otro?

R: ¡Hoy tengo muy malos humos!



Estudiar desde el comienzo

Unos buenos hábitos de estudio pueden poner las bases para un curso escolar lleno de triunfos. Use estas ideas para que su hijo se prepare para estudiar.

Organizar bien el tiempo. Diga a su hijo que incluya en su horario sesiones de estudio regulares. Esto evitará que se dé una paliza justo antes del examen y estará preparado para pruebas sorpresa. Anímelo a escribir todas sus obligaciones en su agenda (Entrenamiento de fútbol, lunes–jueves, 2:30–4:30). A continuación puede añadir segmentos de tiempo para estudiar.



Hacerlo entretenido. Sugiera que su hijo y un compañero de estudio se turnen inventando exámenes para el otro o repasando juntos las preguntas. Las computadoras ofrecen también métodos de estudio útiles. Su hijo puede crear en la red un examen basándose en sus apuntes de clase (prueben con www.propofs.com/quizschool o con www.easytestmaker.com).

Evitar las distracciones. La investigación demuestra que los estudiantes no pueden concentrarse al máximo en el

estudio si hacen varias cosas al mismo tiempo. Procure que su hijo estudie en un lugar tranquilo lejos de la computadora. Así no tendrá las tentaciones del correo electrónico, Facebook o los mensajes instantáneos y se dará cuenta de que termina su trabajo antes y es más productivo.

Crear incentivos. Anime a su hijo a recompensarse por el buen trabajo. Después de estudiar una hora entera preparando un examen o escribiendo un trabajo, podría tomarse 15 minutos para montar en bici o jugar con su perro. 👍

Tiempo para leer

La lectura por placer puede fortalecer el vocabulario y la capacidad de comprensión. Motive a su hija con estas ideas:

- Leer antes de dormir es una buena manera de relajarse después de un día largo. Sugírela que tenga lecturas variadas junto a su cama incluyendo novelas, revistas y libros de cómics.
- Su hija no es demasiado mayor para que usted le lea. Comparta con ella artículos interesantes de noticias, citas y reseñas de películas o de libros que usted se encuentre.
- Vayan con regularidad a la biblioteca en familia. Anime a su hija a examinar las distintas secciones. Le podrían gustar, por ejemplo, las biografías, la historia o la naturaleza. 👍



Siempre sobrios

Los estudiantes de secundaria tienen que enfrentarse con frecuencia a la presión para beber alcohol. Comparta estos mitos y estos hechos con su hija adolescente para informarla.

Mito: La cerveza es menos peligrosa que las bebidas alcohólicas.

Hecho: Una cerveza tiene tanto alcohol como un trago de otra bebida alcohólica. Y las bebidas como la limonada “dura” contienen tanto o más. Déjesele bien claro a su hija: todo tipo de bebida alcohólica es ilegal para los adolescentes e interfiere con su coordinación y su buen juicio.

Mito: El alcohol no puede matar.

Hecho: La intoxicación por alcohol puede causar vómitos, convulsiones y la muerte. Cada persona es diferente y su hija no puede saber cuánto alcohol será mortal. Anímela a planear actividades sin alcohol como el mini golf o el “laser tag”.



Mito: Los jóvenes pueden beber sin riesgos una pequeña cantidad de alcohol.

Hecho: Quienes empiezan a beber de jóvenes tienen más probabilidades de convertirse en alcohólicos. Y como los cerebros jóvenes están aún formándose, la bebida puede causar problemas permanentes que dificulten el

estudio. Tenga como norma que su hija no vaya a casas donde se permita la bebida a los menores de edad.

Idea: Hable con su hija. Firme un contrato con su hija en el que ella se comprometa a no beber y a no manejar nunca ebria o con un conductor ebrio. Usted se compromete a traerla a casa si lo necesitara y a hablar de lo sucedido cuando las dos estén más tranquilas. Consigan un contrato en www.sadd.org/contract.htm o hagan el suyo propio. 👍



La amabilidad cuenta

Enseñe a su hijo a ser amable todos los días con estas ideas:

- Buscar pequeñas oportunidades para ser gentil. Su hijo podría encargarse de un hermanito o cortar el pasto del vecino.
- Escribir notas de agradecimiento. Anime a su hijo a expresar su gratitud por escrito cuando un profesor, un entrenador u otro padre haga algo por él.



- Interesarse por los demás. Preguntas como “¿Qué tal el trabajo hoy?” o “¿Qué hay de nuevo?” indican a la gente que se interesa por ellos. Dé ejemplo preguntando a su pareja y a su hijo cómo les ha ido el día.

- Hallar formas de ayudar a los amigos. Por ejemplo, podría escuchar a un amigo con problemas o compartir sus apuntes con un compañero que faltó. 👍

P & R Empleos después del colegio

P Mi hija necesita un empleo a tiempo parcial a fin de conseguir dinero para sus gastos. ¿Qué tipo de trabajos encajan mejor en el horario de una estudiante de secundaria?

R Es mejor buscar empleo en un negocio que esté acostumbrado a contratar estudiantes y a sus horarios. No olvide que el trabajo más importante de su hija son sus estudios.

Una guardería podría necesitar ayuda después del instituto. Como la mayoría de estos centros cierra después de la cena, su hija podría tener libre el resto de la tarde. Los gimnasios y los estudios de danza contratan a veces a estudiantes de secundaria para enseñar a niños pequeños y tal vez le permitan a su hija que haga los deberes entre clase y clase. Y los cines, los supermercados y los restaurantes quizá ofrezcan horas de trabajo los fines de semana.

Comenten qué días y horas puede dedicar al empleo. Por ejemplo, podría limitar el trabajo de 10 a 15 horas por semana. Recuérdele que sea clara sobre su disponibilidad cuando solicite el trabajo. Podría también pedir un horario más flexible en época de exámenes. 👍



De padre a padre Pagar la universidad

Nuestro hijo Reid quiere ir a la universidad pero no hemos ahorrado mucho dinero. Después de hablar con su orientadora escolar, nos enteramos de que quizá pueda solicitar algo de ayuda económica.

Nos dijo que todas las familias deberían rellenar la Free Application for Federal Student Aid o FAFSA. Este documento decidirá si podemos solicitar becas y préstamos del gobierno federal y también es utilizado por algunos estados y universidades para conceder ayuda económica. Nos dijo que deberíamos rellenarla lo antes posible

después del 1 de enero del último año de secundaria de Reid pues los fondos se suelen distribuir de acuerdo con el orden en el que fue recibida la solicitud. (Nota editorial: Vayan a www.fafsa.ed.gov para consultar las fechas tope de cada estado.)

La orientadora nos sugirió también que nuestro hijo solicite becas privadas a través de mi trabajo, otros negocios y las organizaciones sociales de nuestra comunidad. Instó a Reid a que solicite tantas como pueda — independientemente de su cuantía — pues se puede conseguir mucho dinero a base de cantidades pequeñas. 👍



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