

# High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida

## Notas Breves

### Historias en colaboración

Despierte la creatividad de su hijo—y motíVELO a escribir—con esta idea. Escriba el inicio de una historia en la primera página de un cuaderno. (“¡Sucedieron cosas muy curiosas durante las fiestas!”) Deje el cuaderno en la mesita e invite a todo el mundo a que contribuya a la narración. Al cabo de una semana su hijo podría leerla en voz alta y empezar una nueva historia.

### El estudio como juego

Hacer este juego y jugar ayudará a su hija a estudiar. Dígale que dibuje una cuadrícula, escriba una pregunta en cada recuadro y añada sus valores en puntos. Si está estudiando física podría anotarse 5 puntos por contestar correctamente “¿Qué es una *onda*?” y 15 puntos para “¿Qué tipo de onda puede viajar a través del vacío?” ¿Cuántos puntos puede anotarse?

### Escuche con atención

Si “refleja” las palabras de su hijo (sin juzgarlo) puede evitar que se cierre durante una conversación. Si él dice: “Este año nada es igual”, usted podría responder: “Sé que estás disgustado porque las cosas no son como te esperabas”. Lo animará a explicar en detalle sus sentimientos.

### Vale la pena citar

“Encuentra lo bueno que te rodea. Encuéntralo, enséñalo y empezará a creer en ello”. *Jesse Owens*

### Simplemente cómico

**P:** ¿Dónde guardan su dinero los osos polares?

**R:** ¡En un banco de nieve!



## Poner límites a los adolescentes

Con una normativa clara su hija dispone a diario de una forma sencilla de saber qué espera usted que haga y que no. Y esto puede reducir la tensión de todos (¡se terminaron las discusiones por la hora de llegada!). Pongan a prueba estas ideas para establecer directrices.



### Vayan de atrás adelante

Piense en los problemas que surgen con regularidad. ¿No hace sus tareas? ¿Tiene usted que pedirle a su hija que guarde su teléfono durante la cena? Concentre su lista en normas que se refieran a estas preocupaciones suyas. (“Las comidas son tiempo de familia, así que deja los teléfonos en otra habitación.”)

### Incluya a su hija

Es probable que su hija entienda que las normas son justas—y que las siga—si siente que su voz es escuchada. Digamos que usted le dice que tiene que estar en casa (o desconectarse de la red) a las 9 de la noche cuando tiene escuela al otro día. Luego deje que hable ella. (“Tendría que ser distinto cuando haya eventos especiales.”) Haga ajustes si puede (“De

acuerdo, añadiremos ‘a menos que acordemos otra cosa’”).

### Explique el porqué

Los adolescentes aceptan mejor una norma si entienden que su función es protegerlos, no “controlarlos”. Si su norma es que su hija tiene que decirle a usted dónde va, explíquele que quiere garantizar su seguridad.

### Aténgase a las consecuencias

Busque también para esto la opinión de su hija: ¿Cuáles cree que son las consecuencias razonables si juega videojuegos antes de terminar los deberes y las tareas de casa? Procure elegir consecuencias relacionadas con cada norma (“Prohibidos los videojuegos durante dos días”).

## Presentaciones contundentes

Su hijo trabajó mucho en la parte escrita de su presentación. ¡Pero aún no ha terminado! Ofrézcale estos consejos para que la comparta con la clase.

■ **Vigila tu velocidad.** Hablar demasiado rápido dificulta que se entienda a su hijo. Sugíerale que intente decir 100–150 palabras por minuto. *Práctica:* Anímelo a que lea en voz alta 1 minuto y luego cuente las palabras que ha leído.

■ **Habla, no recites.** Leer un escrito palabra por palabra dificulta que su público se interese. *Práctica:* Dígale que ensaye su presentación hasta que pueda darla usando sólo puntos de referencia en fichas o diapositivas.



# Colaborar con el orientador escolar

Los orientadores escolares son una parte vital del equipo educativo de su hijo en la escuela secundaria. Esto es especialmente cierto ahora con los retos debidos a COVID-19. He aquí cómo su hijo puede aprovechar al máximo este recurso.

**¿Qué servicios proporcionan los orientadores?** ¡Es una larga lista! Los orientadores hacen de todo, desde ayudar a su hijo a seleccionar las clases adecuadas hasta dar referencias basadas en la comunidad para asuntos de salud mental. ¿No están seguros de si se ofrece un servicio concreto en la escuela de su hijo? Pregunten sin más.



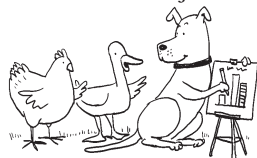
**¿Cómo podemos trabajar con el orientador durante la pandemia?** Usted o su hijo pueden llamar al colegio o informarse consultando la página web. Su hijo puede pedir hora para encontrarse con su orientador en persona o virtualmente. Los padres también pueden plantear sus preguntas al orientador.

**¿Y qué me dicen sobre los planes para la universidad y el empleo?** Ayudar a los estudiantes a planear su vida después de la secundaria es un componente esencial del papel del orientador. COVID-19 ha producido muchos cambios en los requisitos del SAT y ACT, el proceso de admisión a la universidad y los programas profesionales y de educación técnica. Anime a su hijo a que acuda a su orientador en busca de guía y de información actualizada. 👍

## P & R Consejos para el trabajo en equipo

**P** La última vez que mi hija hizo un proyecto en grupo terminó frustrada porque hizo la mayor parte del trabajo. ¿Alguna sugerencia para el próximo?

**R** Los proyectos en grupo enseñan destrezas valiosas como el trabajo en equipo y la comunicación. Compartir la tarea puede, sin embargo, presentar retos, especialmente si los estudiantes trabajan a distancia.



En primer lugar, anime a su hija a que elija a sus compañeros de equipo con cuidado. Es natural que los niños elijan a sus amigos o a gente con la que tienen cosas en común. Pero una orquesta, por ejemplo, ¡no querría sólo violinistas! Si a su hija se le da bien la investigación, ¿hay una compañera hábil con las artes gráficas? También es importante seleccionar a gente que trabaje duro y respete las fechas de entrega.

Una vez que se haya formado el equipo de su hija, un plan detallado que asigne a cada persona una responsabilidad específica y una fecha tope firme puede mantener la organización. Las llamadas regulares al grupo asegurarán, así mismo, que todo el mundo participe. 👍

### 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

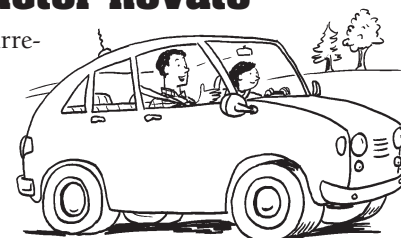


## Prevenir errores de conductor novato

Ayude a su hija a proteger su seguridad en la carretera enseñándole a evitar estos comunes errores.

### Exceso de velocidad

Es importante que su hija respete el límite de velocidad y que mire con frecuencia el velocímetro. Recuérdele que los límites de las señales indican la velocidad máxima en condiciones buenas. Si la carretera está mojada o con hielo, tendrá que disminuir la velocidad.



### Ir demasiado cerca del auto precedente

Mantener una distancia de seguridad con otros autos puede prevenir accidentes. Dígale a su hija que mire el auto que va delante del suyo, que elija un lugar de referencia visible (paso elevado, cartel anunciador) y cuente los segundos entre el momento en que ese auto pasa por el lugar y cuando su auto pasa. Si es menos de 2-4 segundos (con buen tiempo), debería reducir la velocidad.

### Distracciones

Perder la concentración al volante contribuye al 80 por ciento de las colisiones de conductores novatos. Dé normas de seguridad como que no lleve a otros pasajeros adolescentes y que no envíe mensajes de texto en el auto. 👍

## De padre a padre

### Regalos caseros

Hace unos años mi familia estableció una nueva tradición para las fiestas: Nos hacemos un regalo que confeccionamos nosotros mismos. Al principio era sólo para ahorrar dinero. Pero se ha convertido en algo con lo que mis hijos, Santiago y Ana, realmente disfrutan y, además, están descubriendo nuevas maneras de ser creativos.

El año pasado Santiago hizo marcapáginas para mí y

creó una pulsera con bramante y arandelas para Ana. Le conmovió la caja para sus juegos que Ana decoró y él la ayudó a hornear para mí unas galletas. Y yo he tejido una gorra para Santiago y bombas de baño para Ana.

Aunque seguimos dando algunos regalos comprados, los regalos caseros son lo más especial. Santiago explicó que son los que recordaremos porque están hechos con amor. 👍

