

High School Parents

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs

still make the difference!



Three learning resolutions boost academic success

The start of a new calendar year is a great time for families and students to review the first half of the school year. How is your high school student doing? Are learning and performance where your teen—and you—would like them to be? If not, it may be time for your teen to make learning resolutions.

Here are three to suggest:

1. **Be in every class on time** every day. Students who consistently miss class or who arrive late, miss out on important information. Teachers don't have time to reteach material every time a student is absent or late.
2. **Read for pleasure.** Teens benefit from time spent reading. Pleasure reading strengthens writing skills, comprehension, vocabulary and

more. According to the most recent report by from the National Assessment of Educational Progress, only 14 percent of students say they read for fun every day. So, encourage your teen to spend time each day reading something enjoyable.

3. **Reduce recreational screen time.** We all spend time on digital devices—whether it's for school, work or socializing. However, students need plenty of screen-free activities in their schedules. Suggest your teen turn off screen devices for at least one to two hours each day, and use that time to read, be active or relax.

Source: U.S. Department of Education, Institute of Education Sciences, National Center for Education Statistics, National Assessment of Educational Progress, 1971–2023 Long-Term Trend (LTT) Reading and Mathematics Assessments.

Help your teen handle disappointment



Life doesn't always go as planned. Whether your teen earns a bad grade on a test or finds

out that social plans have been cancelled, learning to accept and cope with disappointment is a necessary part of life.

To help your teen bounce back after things go wrong:

- **Ask, "How are you feeling?"** Often, teenagers tend to either overreact or to clam up entirely. Help your teen express disappointment using words.
- **Don't try to fix things.** You won't help your teen learn coping skills. Instead, be sympathetic and supportive: "I'm so sorry that event was cancelled. I know you are disappointed. What else could you do?"
- **Demonstrate coping skills.** It may not be easy to share your personal disappointments. But it's one of the best ways to show your teen how you have learned to cope. "I am so disappointed that I didn't get that promotion," you might say. "I'm going to keep trying."

Ask yourself these questions when creating rules for teens



As teens mature, they need fewer rules. But you still need to set limits on what is—and isn't—allowed.

The key to setting effective rules is balance. Your teen needs independence, but you still need to keep some control.

Rules will be different for each family. But the questions to ask yourself as you are setting them will be the same:

- **Has my teen had a chance to talk about this rule with me?** Teens should have input; however, parents should always make the final decision.
- **Will this rule help my teen develop independence?** Teens need to learn how to think for themselves. They need opportunities to make choices and live with them. But they can't

handle every choice. For example, by high school, your teen should be able to decide *when* to study, but not *whether* to study.

- **Am I setting an example** by following this rule? If you don't wear your seat belt, don't be surprised if you discover your teen isn't wearing one when driving.
- **Does my teen know what will happen if the rule is violated?** Make sure you establish consequences in advance.

“Long before I was a success, my parents made me feel I could be one.”

—Toni Morrison

Four steps improve student essays and in-class writings



Essay tests can intimidate students. If your teen is dreading an upcoming essay test, share these four tips for success:

- 1. Read the question.** If it says:
 - *Discuss*—make fact-based observations about the topic.
 - *Describe*—give specific details about the subject matter.
 - *Show*—point out your idea or opinion and support it with facts.
 - *Explain*—offer causes or reasons for something. Be factual.
 - 2. Write an introduction:**
 - *Briefly explain* what the essay will be about.
 - *Use the third person.* Don't use *I* unless told to do so.
 - 3. Write the body of the essay.** Each paragraph should answer a specific part of the question and include:
 - *A topic sentence.*
 - *Information that supports the topic sentence.*
 - *A closing sentence.*
 - 4. Write the conclusion.** Summarize points made and be sure to:
 - *State* the main conclusion.
 - *Mention* how the facts support that position.
- Encourage your teen to take a few minutes before starting to outline ideas and use them to jot down notes having to do with the topic. Then, your teen can decide how to link them together. Often, these notes can become topic sentences for paragraphs.

Are you helping your teenager manage time?



Time management can be a real challenge for high school students. The challenge gets greater as they get older and have

to deal with complicated projects and schedules. Students may feel the pinch, particularly during the second half of the school year.

Are you doing all you can to help your teen manage time? Answer *yes* or *no* to the questions below to find out:

- ___ **1. Do you encourage your teen to write academic and personal commitments on a calendar?**
- ___ **2. Do you talk with your teen about setting priorities and the value of focusing on what's most important first?**
- ___ **3. Do you suggest your teen make a schoolwork schedule each week?**
- ___ **4. Do you show your teen how to break down large assignments and tasks into smaller, more manageable steps?**
- ___ **5. Do you set an example by using your time wisely?**

How well are you doing?

Each *yes* means you are helping your teen learn how to manage time. For *no* answers, consider trying those ideas.

High School Parents
still make the difference!

Practical Ideas for Parents to Help Their Children.

For subscription information call or write:
The Parent Institute, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.

Or visit: www.parent-institute.com.

Published monthly September through May.
Copyright © 2024, The Parent Institute,
a division of PaperClip Media, Inc., an
independent, private agency. Equal
opportunity employer.

Publisher: Doris McLaughlin.
Publisher Emeritus: John H. Wherry, Ed.D.
Editor: Rebecca Hasty Miyares.

Discuss the different styles of decision-making with your teen



You know that your teen's decision-making skills will get better with experience. But did you know that your teen may make decisions in a different manner than you do?

Have a discussion about different styles of decision-making. Which style do each of you use most often? Are there situations when one style might work better than another? Here are five styles:

1. **Decisive?** People in this category often act quickly. They base their decisions on the information that is immediately available to them. They rarely change their minds.
2. **Flexible?** Flexible decision makers may act on limited information, but they are open to changing their minds. If their first solution to a problem doesn't work, they will switch to another one. And they

will reevaluate decisions as more information becomes available.

3. **Hierarchical?** These types of decision makers collect as much information as they can before making a decision. They look at the information and determine the best solution. And they stick with their decision—because they worked out the details before making it.
4. **Integrative?** These people are like scientists. They collect and evaluate a lot of information, but realize there are many solutions that could work for the problem. They test each idea by imagining the outcome.
5. **Systematic?** These people collect as much information as possible and come up with as many solutions as possible. They then rank the solutions from *best* to *worst* and try out each one.

Source: L. Morton, "Five Decision-Making Styles for Small Business," Strategic Market Segmentation.

Q: My 10th grader puts forth so much effort in Spanish class but just isn't learning the language. I'm afraid my teen may have to take the class again next year. How can I support my student when trying hard doesn't seem to be enough?

Questions & Answers

A: Life isn't always fair. Some students can master a subject without much effort. Others work hard but still struggle.

That's no reason to give up. There are some things your high schooler can do differently that may make a difference.

Encourage your teen to:

1. **Have a discussion** with the teacher and talk about study methods. How is your teen studying? What problems does the teacher see? What could your teen do differently? Where should your teen focus efforts?
 2. **Make a plan** based on the teacher's recommendations. For example, your teen could spend 20 minutes a day learning vocabulary words with flash cards. Later in the study session, your teen could work on conjugating verbs or reading comprehension.
 3. **Review past lessons.** Working through old assignments can help your teen figure out where the problem started.
 4. **Get extra help.** Does the school have student tutors? Can the teacher recommend someone to work with your teen?
 5. **Keep trying.** Acknowledge how hard your teen is working and say you are proud.
- With effort, teacher guidance and your support, your high schooler will likely be able to improve Spanish skills.

Challenge your high schooler to brush up on geography



It may seem like the world is shrinking. Social media and the internet allow your teen to connect with people and research information from all over the world.

That's why geography—often misinterpreted by teens as something replaced by GPS—matters. Geography is about more than knowing where places are. It's also about how their locations affect life there, and how different places compare to and affect one another.

To strengthen geography skills, challenge your teen to:

- **Use a subway map,** bus or train schedule and a city map to plan

a future trip from home to a point of interest using public transportation.

- **Use a topographic map** to lay out a hike through the countryside or your community, noting the elevation, distance, direction and geographic features along the route.
- **Explore social networks.** Your teen can use a map to determine where online friends live. Are they concentrated in one area? Why?
- **Eat "around the world."** Your teen can try ethnic foods, locate their countries of origin on a map, and investigate why some cultures use certain ingredients, cooking methods or utensils.

It Matters: Building Character

Make community service a priority for your family



When teens donate their time and talents, they aren't just making their communities better—they are also

doing something for themselves.

Studies show that kids involved in community service are less likely to smoke, drink or do drugs. In addition, teens who volunteer tend to earn better grades, improve social skills and develop leadership skills that will help them throughout life.

Families who volunteer together also see real benefits. They get to spend time together—working toward a shared goal. They see each other in new ways. (Who knew that Taylor would be great at organizing? Who knew that Dad could speak Spanish so well?)

Here are some tips to help your family get started volunteering together:

- **Take an inventory.** Are family members already volunteering in the community? Is it possible for other family members to join in?
- **Brainstorm.** As a family, discuss what causes you care about. Politics, healthcare, the environment? What organizations benefit those causes?
- **Research local opportunities** that align with your interests. Check community bulletin boards and explore websites such as volunteermatch.org.
- **Start small.** Choose a one-time activity. If you like it, make plans to return.

Source: J. Segal, Ph.D. and L., "Volunteering and its Surprising Benefits," HelpGuide.org.

A solid work ethic benefits teens in school and in life

A *work ethic* is a set of values and beliefs that include traits such as reliability, dedication and pride in one's work. Having a strong work ethic is not only necessary for success in the workforce—it is necessary for success in school, too.

To instill a strong work ethic in your teen:

- **Be a role model.** Display a positive attitude about work and show your teen that you take your job and your responsibilities seriously. Demonstrate persistence when things get tough.
- **Expect your teen to fulfill** responsibilities and be accountable. For example, don't write an excuse if your teen misses a deadline for a school assignment. It's your teen's responsibility to talk with the teacher and find a solution.



- **Reinforce delayed gratification.** Remind your teen that working should always come before play. Expect your teen to finish the first draft of the paper *before* logging in to play video games with friends.

Suggest that your high schooler focus on three daily goals



Teens tend to think that the whole world is focused on them. Here's a simple exercise to help your teen expand that

focus to think about obligations and other people's needs, too:

Ask your teen to spend a few minutes every morning setting three simple goals for the day. Think of them as the Three S's:

1. **School.** What is the most important thing your high schooler can do that day for school? It might be to finish a project or

to talk to the teacher about an assignment.

2. **Self.** What's the healthiest thing your teen can do that day for self-care? Schedule 30 minutes to exercise? Go to bed earlier? Reduce screen time?
3. **Someone else.** Now have your teen think about another person. What could your teen do to help someone else that day? Reach out to a new student? Run errands for an elderly neighbor? Write a note to a friend going through a rough time?

Daily Learning Planner

*Ideas families can use to help students
do well in school*

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs



THE
PARENT
INSTITUTE®

January 2024

Daily Learning Planner: Ideas Families Can Use to Help Students Do Well in School—Try a New Idea Every Day!

- 1. Review your calendar. Can you schedule time to volunteer for the school at least once this month?
- 2. If your teen misbehaves, don't decide on a consequence when you are angry. Wait until everyone has calmed down.
- 3. Suggest your teen make an emergency school supply kit.
- 4. Let your teen help you make a family chore chart. Everyone can check off jobs after completing them.
- 5. Agree with your teen on certain days to set aside for family activities.
- 6. Ask who in your family your teen feels most like. What do they have in common?
- 7. Sometimes teens tune out long instructions. Using a single word—"dishes" or "homework"—can get the message across.
- 8. Brainstorm together about the snacks your teen eats. Could your student make some healthier choices?
- 9. Is your teen a new driver? Review the "rules of the road" for driving in wintry conditions.
- 10. Can your teen sew on a button? If not, demonstrate how. It's a basic life skill that everyone should learn.
- 11. Schedule a family meeting. Talk about your family's goals and successes.
- 12. Have your teen figure out the perimeter and area of a room in your home.
- 13. Go window-shopping together. What would your teen buy with \$100?
- 14. Have family members take silly photos of one another. Who can make the funniest face?
- 15. If your teen is struggling in a class, suggest moving to a seat in the front of the classroom.
- 16. Challenge everyone in your family to learn and use one new word every day.
- 17. Talk with your teen about what it means to be a responsible member of a community.
- 18. Discuss a controversial issue with your teen. Ask, "What do you think?"
- 19. Celebrate National Popcorn Day. Pop some popcorn with your teen and just chat.
- 20. Is your teen getting enough exercise? Take a brisk walk together.
- 21. Review your rules. Do they need adjusting now that your teen is older?
- 22. Ask your teen to put gas in the car. Demonstrate how to check the oil.
- 23. Set a timer for five minutes. Sit down with your teen and both of you write as much as you can before the timer goes off.
- 24. Encourage your teen to designate places to keep easily mislaid items, such as keys.
- 25. At dinner, ask family members to share one thing they learned today.
- 26. Ask what *success* means to your teen.
- 27. Charge phones and other devices out of your teen's bedroom at night. Many teens text and check social media when they should be sleeping.
- 28. Talk with your teen about dating and relationships. Share your values and standards.
- 29. Have your teen research an internship that may be of interest.
- 30. Talk with your teen about the risks of *all* tobacco products, including vapes and smokeless tobacco.
- 31. Give your teen a compliment today.

Escuela Secundaria Los Padres TM

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs

¡aún hacen la diferencia!



Tres propósitos de aprendizaje aumentan el éxito académico

El comienzo de un nuevo año calendario es un gran momento para que las familias y los estudiantes revisen la primera mitad del año escolar. ¿Cómo le está yendo a su joven? ¿Está aprendiendo y desempeñándose de la manera en la que su joven —y usted— quisiera? De no ser así, es posible que sea el momento de que su joven establezca propósitos de aprendizaje.

Estos son tres metas que podría sugerirle:

1. **Llegar puntual a clase** todos los días. Los estudiantes que faltan clase constantemente o aquellos que llegan tarde se pierden información importante. Los maestros no tienen tiempo para volver a enseñar el material cada vez que un estudiante se ausenta o llega tarde.
2. **Leer por placer.** Los jóvenes se benefician en gran medida del tiempo que le dedican a la lectura. La lectura por placer fortalece las habilidades de

- escritura, la comprensión, el vocabulario y más. Según el informe más reciente de la Evaluación Nacional de Progreso Educativo, solo el 14 por ciento de los estudiantes dicen que leen por diversión todos los días. Anime a su joven a dedicarle tiempo todos los días a leer algo que disfrute.
3. **Reducir el tiempo** frente a la pantalla con fines recreativos. Todos pasamos tiempo usando aparatos digitales, ya sea por la escuela, por el trabajo o para socializar. Sin embargo, los estudiantes necesitan tener muchas actividades libres de pantallas en sus cronogramas. Sugírela a su joven que apague los aparatos con pantallas durante al menos una o dos horas por día y que use ese tiempo para leer, estar activo o relajarse.

Fuente: U.S. Department of Education, Institute of Education Sciences, National Center for Education Statistics, National Assessment of Educational Progress, 1971–2023 Long-Term Trend (LTT) Reading and Mathematics Assessments.

Ayude a su joven a enfrentar las decepciones



En la vida, las cosas no siempre salen como esperamos. Aprender a aceptar y afrontar la decepción

es una parte necesaria de la vida, ya sea si su joven obtiene una calificación baja en un examen o descubre que sus planes sociales se cancelaron.

Para ayudar a su joven a recuperarse después de que las cosas vayan mal:

- **Pregunte:** “¿Cómo te sientes?” Muchas veces, los jóvenes suelen reaccionar de forma exagerada o cerrarse por completo. Ayude a su joven a expresar su decepción con palabras.
- **No intente arreglar las cosas.** Hacer eso no ayudará a su joven a aprender habilidades para afrontar las situaciones difíciles. En cambio, sea empático y apóyelo. “Lamento que hayan cancelado el evento. Sé que estás decepcionado. ¿Qué más podrías hacer?”
- **Demuestre habilidades de afrontamiento.** Es posible que no le resulte fácil compartir sus propias decepciones, pero es una de las mejores maneras de mostrarle a su joven que usted ha aprendido a afrontarlas. Podría decir: “¡Estoy tan decepcionado por no haber conseguido el ascenso! Voy a seguir intentando”.

Hágase las siguientes preguntas al crear reglas para su joven



A medida que los jóvenes maduran, necesitan cada vez menos reglas. De todos modos, es necesario que usted siga imponiendo límites sobre lo que está permitido y lo que no.

La clave para establecer reglas eficientes es el equilibrio. Su joven necesita independencia, pero usted aún necesita mantener cierto control.

Las reglas serán diferentes para cada familia, pero las preguntas que debe hacerse al establecer reglas serán las mismas:

- **¿Ha tenido mi joven** la posibilidad de hablar sobre esta regla conmigo? Los jóvenes deberían poder opinar sobre las reglas; sin embargo, los padres siempre deberían tomar la decisión final.
- **¿Ayudará esta regla** a mi joven a ser más independiente? Los jóvenes necesitan aprender a pensar por sí mismos. Necesitan tener

oportunidades para tomar decisiones y atenerse a las consecuencias. Pero no pueden hacerse cargo de todas las decisiones. Por ejemplo, en la escuela secundaria, su joven debería poder decidir *cuándo* estudiar, pero no *si* estudiar.

- **¿Estoy siguiendo la regla** yo mismo y dando el ejemplo? Si usted no usa el cinturón de seguridad, no se sorprenda si observa que su joven tampoco lo usa cuando conduce.
- **¿Sabe mi joven** qué sucederá si no cumple la regla? Asegúrese de establecer consecuencias de antemano.

“Mucho antes de alcanzar el éxito, mis padres me hicieron sentir que podía ser exitosa”.

—Toni Morrison

Cuatro pasos que mejoran los trabajos y los textos escritos en clase



Los exámenes con preguntas para desarrollar pueden intimidar a los estudiantes. Si su joven está aterrado por un examen con preguntas para desarrollar que se aproxima, comparta con él estas cuatro recomendaciones para alcanzar el éxito:

1. **Leer la pregunta.** Si dice:
 - *Comenta:* hacer observaciones basadas en hechos sobre el tema.
 - *Describe:* dar detalles específicos sobre el tema.
 - *Muestra:* señalar la idea u opinión y respaldarla con hechos.
 - *Explica:* ofrecer las causas y las razones de algo. Debe usar hechos.
2. **Escribir una introducción:**
 - *Explicar brevemente* de qué tratará el texto.

- *Usar la tercera persona.* No usar yo a menos que se indique.
3. **Escribir.** Cada párrafo debería responder una parte específica de la pregunta e incluir:
 - *Una oración temática.*
 - *Información que respalde* la oración temática.
 - *Una oración de cierre.*
 4. **Escribir la conclusión.** Resumir los puntos planteados y asegurarse de:
 - *Indicar* la conclusión principal.
 - *Mencionar* de qué manera los hechos respaldan esa postura.

Anime a su joven a tomarse unos minutos antes de comenzar para esbozar ideas y usarlas para tomar apuntes relacionados con el tema. Luego, su joven podrá decidir cómo relacionarlas entre sí. Muchas veces, esos apuntes pueden convertirse en las oraciones temáticas de los párrafos.

¿Está ayudando a su joven a administrar el tiempo?



A veces, a los estudiantes de secundaria les resulta muy difícil administrar el tiempo. La dificultad es aún mayor a medida que crecen y tienen que lidiar con proyectos y cronogramas complicados. Los estudiantes podrían sentir presión, especialmente en la segunda mitad del año escolar.

¿Está haciendo todo lo posible para ayudar a su joven a administrar el tiempo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Anima** a su joven a escribir todos sus compromisos académicos y personales en un calendario?
2. **¿Habla** con su joven sobre establecer prioridades y el valor de centrarse en lo que es más importante primero?
3. **¿Le sugiere** a su joven que arme un cronograma de trabajo escolar todas las semanas?
4. **¿Le muestra** a su joven cómo dividir trabajos extensos en pasos más pequeños y manejables?
5. **¿Usa** su tiempo sabiamente para dar un buen ejemplo?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está ayudando a su joven a aprender a administrar el tiempo. Para cada respuesta *no*, considere las ideas del cuestionario.

Escuela Secundaria
Los Padres
¡aún hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

Para obtener información llame o escriba a:
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2024, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Hable con su joven de los distintos estilos para tomar de decisiones



Usted sabe que las habilidades de toma de decisiones de su joven mejorarán con la experiencia. Pero ¿sabía que su joven puede tomar decisiones de maneras distintas que usted?

Hable con él sobre diferentes estilos de tomar decisiones. ¿Qué estilo usa con más frecuencia cada uno de ustedes? ¿Hay situaciones en las que un estilo podría dar mejores resultados que otro? Estos son cinco estilos:

1. **¿Decidido?** Las personas que pertenecen a esta categoría suelen actuar rápidamente. Basan sus decisiones en la información que tienen disponible en el momento. No suelen cambiar de parecer.
2. **¿Flexible?** Los tomadores de decisiones flexibles pueden actuar con poca información, pero están abiertos a cambiar de parecer. Si su primera solución a un problema no funciona, la cambiarán por otra. Y volverán a

evaluar sus decisiones a medida que haya más información disponible.

3. **¿Jerárquico?** Este tipo de tomadores de decisiones reúnen toda la información que pueden antes de tomar una decisión. Tienen en cuenta la información y determinan cuál es la mejor solución. Se atienen a su decisión porque analizaron los detalles antes de tomarla.
4. **¿Integrador?** Estas personas son como científicos. Reúnen y evalúan un montón de información, pero se dan cuenta de que hay muchas soluciones que podrían servir para resolver el problema. Imaginan el resultado para poner cada idea a prueba.
5. **¿Sistemático?** Estas personas reúnen toda la información posible y piensan todas las soluciones posibles. Clasifican las soluciones de la mejor a la peor y las prueban.

Fuente: L. Morton, "Five Decision-Making Styles for Small Business," Strategic Market Segmentation.

Rete a su estudiante de secundaria a repasar geografía



Puede parecer que el mundo se está encogiendo. Las redes sociales e internet le permiten a su joven conectarse con otras personas y encontrar información de todo el mundo.

Por ese motivo, la geografía —a menudo malinterpretada por los jóvenes como algo que se reemplaza por el GPS— es importante. La geografía es mucho más que saber dónde queda cada lugar. También se trata de cómo esas ubicaciones afectan la vida allí, en qué se asemeja y en qué se diferencia un lugar de otro y qué consecuencias traen unos a otros.

Para fortalecer las habilidades de geografía, rete a su joven a:

- Usar el mapa del subte, el horario del autobús o el tren y el mapa de una

ciudad para planificar un viaje futuro desde casa hasta un lugar que le interese usando el transporte público.

- Usar un mapa topográfico para planificar una caminata por el campo o por su comunidad, observando la elevación, distancia, dirección y características geográficas en el camino.
- Explorar las redes sociales. Su joven puede usar un mapa para determinar dónde viven sus amigos virtuales. ¿Se concentran en un solo lugar? ¿Por qué?
- Probar comidas de todo el mundo. Su joven puede probar comidas étnicas, ubicar sus países de origen en un mapa e investigar por qué algunas culturas usan ciertos ingredientes, métodos de cocina o utensilios.

P: Mi joven de 10.º grado se esfuerza mucho en la clase de francés, pero no está aprendiendo el idioma. Me da miedo que tenga que repetir la clase el año próximo. ¿Cómo puedo apoyar a mi estudiante cuando el esfuerzo no parece ser suficiente?

Preguntas y respuestas

R: La vida no siempre es justa. Algunos estudiantes pueden dominar una materia sin mucho esfuerzo. Otros se esfuerzan mucho pero igualmente les cuesta.

Ese no es un motivo para darse por vencido. Hay algunas cosas que su escolar de secundaria puede hacer diferente para hacer una diferencia.

Anime a su joven a:

1. **Hablar con el maestro** sobre métodos de estudio. ¿Cómo está estudiando su joven? ¿Qué problemas observa el maestro? ¿Qué podría hacer diferente su joven? ¿En qué cosas debería centrar su esfuerzo?
2. **Armar un plan** basado en las recomendaciones del maestro. Por ejemplo, su joven puede dedicarle 20 minutos por día al aprendizaje de vocabulario con tarjetas. Más adelante en la sesión de estudio, podría trabajar en la conjugación de verbos y en la comprensión lectora.
3. **Repasar las lecciones** anteriores. Repasar trabajos anteriores puede ayudar a su joven a descubrir dónde empezó el problema.
4. **Pedir ayuda adicional.** ¿Hay tutores estudiantiles en la escuela? ¿Puede el maestro recomendarle a alguien que trabaje con su hijo?
5. **Seguir intentando.** Reconozca el esfuerzo que está haciendo su joven y diga que está orgulloso. Con esfuerzo, la orientación del maestro y su apoyo, es probable que su escolar de secundaria pueda mejorar su francés.

Enfoque: valores positivos

Convierta el servicio a la comunidad en una prioridad familiar



Cuando los jóvenes donan su tiempo y sus talentos, no solo ayudan a mejorar sus comunidades, sino que también hacen algo por ellos mismos.

Los estudios revelan que los niños que participan en actividades de servicio a la comunidad tienen menos probabilidades de fumar, beber alcohol y consumir drogas. Además, los jóvenes voluntarios suelen obtener mejores calificaciones, mejorar sus habilidades sociales y desarrollar habilidades de liderazgo que los ayudarán a lo largo de la vida.

Las familias que trabajan como voluntarias en conjunto también notan beneficios. Tienen la oportunidad de pasar tiempo juntos mientras trabajan con objetivo en común. Se ven de una manera nueva. (¿Quién hubiese imaginado que Ariel sería tan bueno con la organización? ¿Quién hubiese imaginado que papá era tan bueno para reparar cosas?)

Estas son algunas recomendaciones para ayudar a su familia a comenzar a trabajar como voluntarios juntos:

- **Hacer un inventario.** Los miembros familiares, ¿ya trabajan como voluntarios en la comunidad? ¿Es posible que otros miembros se sumen?
- **Hacer una lluvia de ideas.** En familia, hablen de causas que les importen. ¿Política, salud, medio ambiente? ¿Qué organizaciones trabajan a favor de esas causas?
- **Investigar oportunidades locales** que estén alineadas con sus intereses. Consulte los tableros de anuncios y explore sitios web como volunteermatch.org.
- **Empezar de a poco.** Escojan una actividad para hacer por única vez. Si les agrada, regresen.

Fuente: J. Segal, Ph.D. y L., "Volunteering and its Surprising Benefits," HelpGuide.org.

Una ética de trabajo sólida es beneficioso en la escuela y la vida

La *ética de trabajo* es un conjunto de valores y creencias que incluyen características como la fiabilidad, la dedicación y el orgullo por el trabajo propio. Tener una ética de trabajo sólida es necesario no solo para alcanzar el éxito en el trabajo, sino que también se necesita para lograr el éxito en la escuela.

Para promover una ética de trabajo fuerte en su joven:

- **Sea un buen modelo a seguir.** Demuestre una actitud positiva hacia el trabajo, y muéstrele a su joven que usted toma su trabajo y sus responsabilidades en serio. Sea perseverante cuando las cosas se pongan difíciles.
- **Exíjale a su joven** que cumpla con sus responsabilidades y se haga cargo. Por ejemplo, no escriba una excusa si su joven no cumple con la fecha de entrega de un trabajo escolar. Es responsabilidad de su joven hablar con el maestro y encontrar una solución.



- **Refuerce la gratificación diferida.** Recuérdele a su joven que siempre debería trabajar antes de jugar. Exíjale que termine el primer borrador del trabajo *antes* de iniciar sesión para jugar a videojuegos con amigos.

Sugíerale a su joven que se enfoque en tres metas diarias



Los jóvenes suelen pensar que todo el mundo gira a su alrededor. Este es un ejercicio simple para ayudar a su joven a ampliar ese enfoque para pensar también en las obligaciones y las necesidades de otras personas.

Pídale a su joven que destine algunos minutos todas las mañanas a establecer tres metas simples para el día. Pídale que las denomine "las tres E":

1. **Escuela.** ¿Qué es lo más importante que puede hacer su escolar de secundaria ese día en la escuela? Podría ser terminar un proyecto

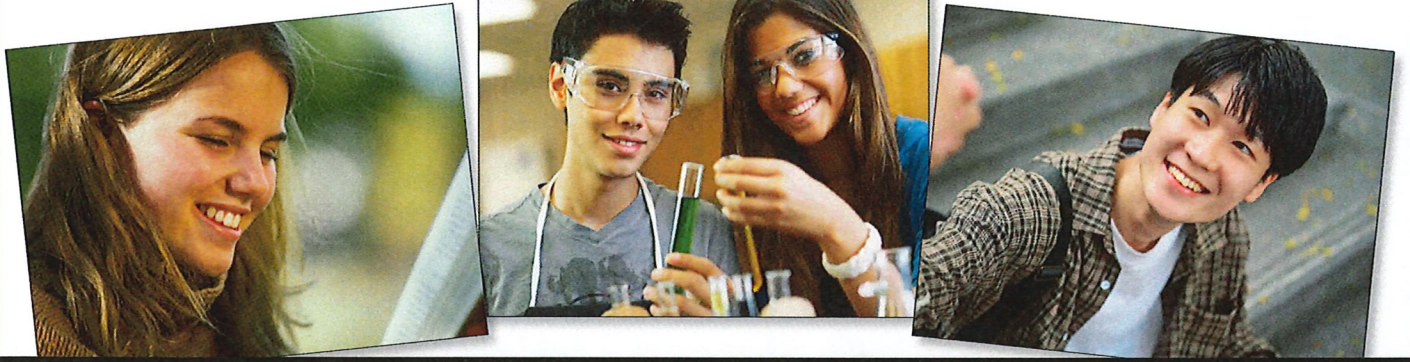
o hablar con el maestro sobre un trabajo.

2. **Él mismo.** ¿Qué es lo más sano que puede hacer su joven ese día para cuidar de sí mismo? ¿Destinar 30 minutos a hacer ejercicio? ¿Irse a dormir más temprano? ¿Reducir el tiempo frente a la pantalla?
3. **El otro.** Ahora pídale a su joven que piense en otra persona. ¿Qué podría hacer para ayudar a alguien ese día? ¿Podría acercarse a un estudiante nuevo? ¿Hacer recados para alguna persona mayor del vecindario? ¿Escribir una nota para un amigo que está pasando por un momento difícil?

Planificador para el aprendizaje

Ideas que las familias pueden usar para ayudar a los estudiantes a tener éxito en la escuela

Wilkes-Barre Area School District
Title I Federal Programs



THE
PARENT
INSTITUTE®

Enero 2024

Planificador para el aprendizaje: Ideas que las familias pueden usar para ayudar a los estudiantes a tener éxito en la escuela

- 1. Revise su calendario. ¿Puede programar tiempo para ofrecerse como voluntario en la escuela al menos una vez este mes?
- 2. Si su joven se porta mal, no decida la consecuencia mientras está enojado. Espere hasta que todos se hayan calmado.
- 3. Sugírela a su joven que haga un kit de emergencia escolar con materiales.
- 4. Deje que su joven lo ayude a hacer una tabla de quehaceres familiares. Así, todos podrán tildar las tareas después de completarlas.
- 5. Acuerde con su joven ciertos días para realizar actividades en familia.
- 6. Pregúntele a su joven a quién de la familia cree que se parece más. ¿Qué tienen en común?
- 7. A veces, los jóvenes se desconcentran al escuchar instrucciones largas. Usar una sola palabra, como "platos" o "tarea" puede comunicar el mensaje.
- 8. Piensen juntos en los refrigerios que come su joven. ¿Podría hacer elecciones más saludables?
- 9. ¿Es su joven un conductor principiante? Revisen las "reglas de seguridad vial" para conducir en condiciones invernales.
- 10. ¿Puede su joven coser un botón? De lo contrario, muéstrele cómo se hace. Es una habilidad básica para la vida que todos deberían aprender.
- 11. Programe una reunión familiar. Hablen de las metas y los logros familiares.
- 12. Dígale a su joven que determine el perímetro y el área de un cuarto.
- 13. Observen vidrieras juntos. ¿Qué compraría su joven con \$100?
- 14. Dígales a los miembros familiares que se tomen fotos chistosas. ¿Quién puede hacer la cara más cómica?
- 15. Si su joven está teniendo dificultades en una clase, sugírela que se siente en el frente del salón.
- 16. Rete a los miembros familiares a aprender y usar una palabra nueva cada día.
- 17. Hable con su joven sobre lo que significa ser un miembro responsable de la comunidad.
- 18. Hable de un tema controvertido con su joven. Pregunte, "¿Qué piensas?"
- 19. Celebre el Día Nacional de las Palomitas. Haga palomitas de maíz con su joven y conversen.
- 20. ¿Hace su joven suficiente ejercicio? Den una caminata vigorosa juntos.
- 21. Revise sus reglas. ¿Necesitan algún ajuste ahora que su joven es mayor?
- 22. Pídale a su joven que cargue el tanque de gasolina del carro. Muéstrele cómo se controla el aceite.
- 23. Programe un temporizador por cinco minutos. Siéntese con su joven y escriban todo lo que puedan antes de que suene la alarma.
- 24. Anime a su joven a designar lugares para guardar los artículos que suelen perderse con frecuencia, como las llaves.
- 25. En la cena, pídeles a los miembros familiares que compartan una cosa que hayan aprendido el día de hoy.
- 26. Pregúntele a su joven qué significa el éxito para él.
- 27. Cargue los teléfonos y otros dispositivos fuera de la habitación de su joven. Muchos jóvenes los usan de noche cuando deberían dormir.
- 28. Hable con su joven sobre las citas amorosas y las relaciones. Cuénteles cuáles son sus valores y estándares.
- 29. Dígale a su joven que investigue una pasantía que podría interesarle.
- 30. Hable con su joven sobre los riesgos de todos los productos del tabaco, incluyendo los vapeadores y el tabaco sin humo.
- 31. Elogie a su joven hoy.