

# High School YEARS

Working Together for Lifelong Success



## Short Clips

**It reminds me of...**  
Your high schooler can understand new concepts

by connecting them with something familiar. If he's studying the nervous system, for instance, suggest he think about what it reminds him of. Maybe he'll picture it as a highway with messages traveling alongside routes or as electricity running through wires.

### Build generosity

Want to teach your teen generosity? Try starting small. Keep a change jar at home. Ask everyone in the family to give a little each week, even if it's only a nickel. Then, once a month, donate what you've collected to a charity. *Idea:* Take turns choosing where your donations will go.

### Talk about sexting

Many teenagers "sext" — send sexually suggestive photos, videos, or messages electronically — to flirt or show romantic interest. Tell your teens this has serious consequences, including being charged with a crime or ruining reputations. Let them know they should immediately delete any sexts they receive and not forward them. Also, check their phones often, and have them let friends know that you do.

### Worth quoting

"Start where you are. Use what you have. Do what you can." *Arthur Ashe*

### Just for fun

**Q:** When does a clock strike 25?

**A:** When it's broken.



## Build collaboration skills

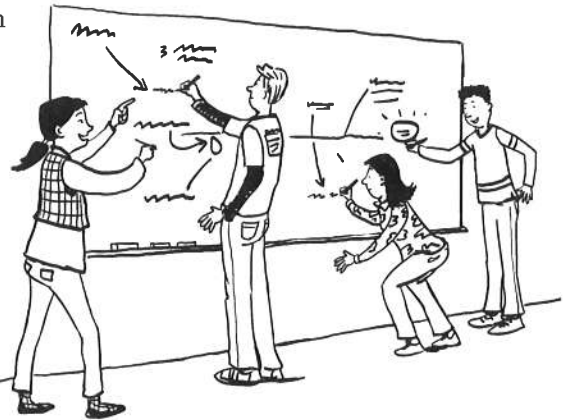
Whether your teen is doing a group project in school today or on the job 10 years from now, being able to collaborate will make her work more successful—and more enjoyable. Help her foster collaboration skills with these suggestions.

### Use each other's strengths

Part of working well on a team is doing what you're good at and tapping into others' strengths. When working with a partner or group, your high schooler might have everyone say how they can best contribute. Maybe she's a confident public speaker, so she could offer to present their project. If someone else is a good organizer, he may create the deadline schedule.

### Encourage cooperation

Building cooperation is a leadership skill your child can learn. She should listen respectfully to others and ask everyone else to do the same. If complaints crop up, she could turn the conversation in a more positive direction by brainstorming solutions or pointing out



what's being done to handle the problem.

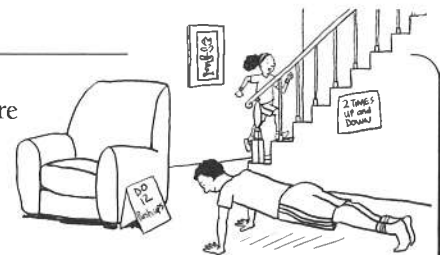
### Take new perspectives

Seeing things from other people's point of view will help your adolescent negotiate, persuade others, and resolve conflict. Group projects give her a chance to practice. For instance, if there are different opinions about the format to use, she might suggest they consider how each one would work. Then, she can bridge a compromise by discussing how to combine ideas (say, opening with a video and following with a skit). 👍

## Get fit as a family

Finding time to exercise in the midst of a busy family schedule can be challenging. Here are ideas for adopting an active lifestyle:

- Choose activities that will fit into times everyone is already together, and put them on the calendar. You might take a walk after dinner three times a week, ride bikes before Saturday morning chores, or do a fitness video after a weekly family meeting.
- Set up an exercise circuit around your home. Together, write exercises on separate index cards and place them in different spots. *Examples:* "Do 12 push-ups." "Run up and down the stairs 2 times." "March in place for 1 minute." 👍



# The right topic

Good papers start with good topics—and that means narrowing down and choosing subject matter that lends itself to solid research and writing. These steps will help your high schooler select wisely for his next essay or research paper.

**1. Do background reading.** Your teen may start with an idea he finds interesting (say, American consumerism) or a general topic his teacher assigned (the Roman Empire). Either way, he should read articles and skim books to get a sense of what's out there.



**2. Identify possibilities.** Are there recurring themes or specific areas he would like to explore? Encourage him to jot notes as he reads. He should pay attention to how much information he finds—so he will pick a topic he knows he can support with details.

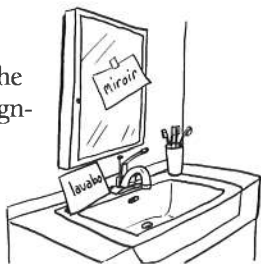
**3. Make your choice.** Encourage your child to compare his findings with the assignment. He needs to choose a topic that is neither too broad nor too narrow for the length of the paper, for example. To narrow a broad topic, he might focus on a person, a place, or a time frame (say, Elizabeth Barrett Browning instead of major English poets). 👍

## Language lessons

Taking a foreign language in school can help your teen understand her own language better and give her an edge in our increasingly diverse world. Share these creative ways to study:

- Listen to radio stations, music, podcasts, or news in the language. She can find them on YouTube or on websites like *tunein.com*.

- Let her label objects around the house with foreign-language words. Then, use them in everyday conversation (*miroir* in



French for “mirror”). Or have dinner “in Italian,” asking her to teach you words for foods you’re having (*Passami le patate, per favore* for “Please pass the potatoes”).

- Encourage her to learn and sing simple children’s songs or read children’s books in the language. She could try the library or ask her teacher for books.

- Have her practice with classmates who speak the language (say, a friend on the bus who speaks Chinese at home). Or she might talk to friends’ parents who grew up speaking the language. 👍



## Parent to Parent

### You can count on me

A friend who manages a retail store told me how frustrated he gets with teen employees who don’t show up for work or come in late and then get mad if they receive a warning.

So when my daughter Sara recently landed her first part-time job, we talked about what it means to be reliable. I explained that being on time, not missing shifts, and calling if she’s sick are all part of the commitment.

To get the point across, I asked my friend to talk to Sara, too. He explained that when employees miss work, the store is short on help, register lines get long, and other people have to work longer hours. He also said being unreliable hurts your chances of getting job or college recommendations—or even being kept on the job. This advice seemed to sink in, and I’m glad to see Sara getting off to a good start with her new job. 👍



## Q & A

### Success on standardized tests

**Q** Standardized tests are coming up. How should my son prepare?

**A** Teachers will go over test information in class, so good attendance is a must. He should find out which subjects will be tested on which dates, the format for each test (multiple choice, short answer), the material to be covered, and how long the tests will last if they’re timed.

Taking practice tests and answering sample questions will also help him get more

comfortable with the format. His teachers may administer these, or he could find samples in the library or online.

Finally, encourage him to arrive rested and alert by getting plenty of sleep and eating a healthy breakfast, not only on test days but every day. Eating pro-

tein in the morning will give him more energy. Suggest meals like peanut butter with apple slices or a smoothie made with yogurt and fruit. 👍



## OUR PURPOSE

To provide busy parents with practical ideas that promote school success, parent involvement, and more effective parenting.

Resources for Educators,  
a division of CCH Incorporated  
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630  
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5605

# High School YEARS

Colaborar para el éxito durante toda la vida



## Notas Breves

### Me recuerda a...

Su hijo puede entender mejor conceptos nuevos si los relaciona con algo que le resulte familiar. Por ejemplo, si está estudiando el sistema nervioso, sugiera-le que piense en qué le recuerda. Quizá puede imaginarlo como una autopista con mensajes que viajan a lo largo de las carreteras o como la electricidad pasando por los cables.

### Fomentar la generosidad

¿Quiere enseñar generosidad a su hija? Empiece por algo fácil. Ponga en casa un frasco con monedas sueltas. Pídales a todos que donen un poquito cada semana, aunque sólo sea una moneda de cinco centavos. Luego, una vez al mes, donen a una obra de caridad lo que han recogido. *Idea:* Elijan por turnos adónde irán sus donaciones.

### Sobre los mensajes explícitos

Muchos adolescentes mandan mensajes sexuales o *sext* en inglés —fotos sexualmente explícitas, vídeos o mensajes enviados electrónicamente— para coquetear o mostrar interés romántico por alguien. Dígales a sus hijos que esto tiene serias consecuencias, incluyendo ser acusados de un delito o arruinar la reputación de alguien. Explíqueles que deberían borrar inmediatamente los mensajes sexuales que reciban y no reenviarlos. Examine también sus teléfonos con frecuencia y procure que expliquen a sus amigos qué deben hacer.

### Vale la pena citar

“Quédate donde estás. Usa lo que tengas. Haz lo que puedas”. *Arthur Ashe*

### Simplemente cómico

**P:** ¿Cuándo da 25 campanadas un reloj?

**R:** Cuando está roto.



## La habilidad de colaborar

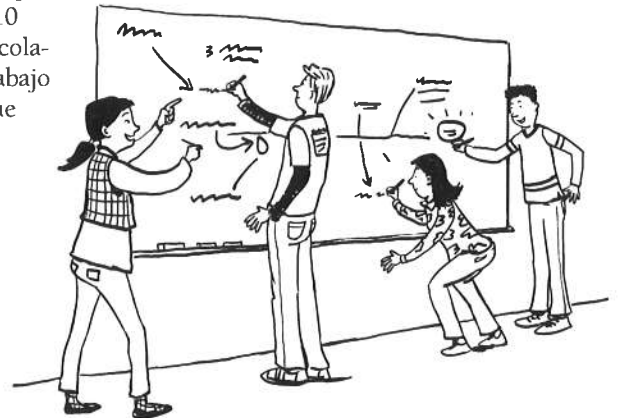
Cuando su hija trabaje en equipo ahora en el colegio o dentro de 10 años en su trabajo, ser capaz de colaborar hará más productivo su trabajo y lo disfrutará más. Ayúdela a que desarrolle la habilidad de colaborar con estas sugerencias.

### Aprovechar el potencial de cada uno

Parte de trabajar bien en equipo consiste en hacer lo que se sabe hacer y valerse de los puntos fuertes de los demás. Cuando trabaje con una compañera o en equipo, su hija podría preguntar a sus compañeros cómo pueden contribuir mejor. Si ella habla con seguridad en público podría ofrecerse para presentar el proyecto. Si otra persona organiza bien, podría crear el calendario con las fechas límite.

### Estimular la cooperación

Una característica del liderazgo es saber cooperar y es una habilidad que puede aprender su hija. Debería escuchar con respeto a los demás y pedir a todos que hagan lo mismo. Si abundan las quejas, podría darle un sesgo más positivo a la conversación pensando en soluciones



o indicando qué se está haciendo para solucionar el problema.

### Nuevas perspectivas

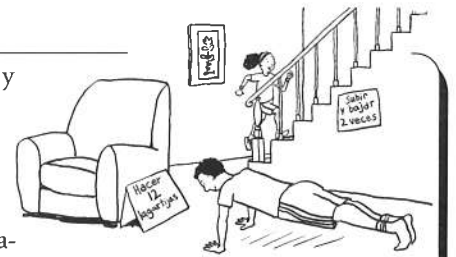
Ver las situaciones desde el punto de vista de otras personas ayudará a su hija a negociar, persuadir a los demás y resolver conflictos. Los trabajos en grupo le ofrecen una ocasión de practicar esto. Por ejemplo, si existen distintas opiniones sobre qué formato usar ella podría sugerir que todos consideraran cómo funcionaría cada una. A continuación puede facilitar un acuerdo comentando cómo combinar ideas (por ejemplo, empezar con un vídeo y seguir con una representación). 👍

## En forma en familia

Las familias tiene un horario muy ocupado y encontrar tiempo para hacer ejercicio es todo un reto. He aquí ideas para adoptar un estilo de vida activo:

■ Elijan actividades que encajen en las ocasiones que están todos juntos y pónganlas en el calendario. Podrían dar un paseo después de cenar tres veces por semana, montar en bici los sábados por la mañana antes de hacer la tarea o seguir un vídeo de gimnasia después de la reunión familiar semanal.

■ Construyan por su casa un circuito para hacer ejercicio. Escriban los ejercicios en fichas individuales de cartulina y colóquenlas en distintos lugares. *Ejemplos:* “Hacer 12 lagartijas”. “Subir y bajar las escaleras corriendo 2 veces”. “Caminar 1 minuto sin moverse del sitio”. 👍



# El tema perfecto

Los buenos trabajos empiezan con buenos temas y eso implica acotar el material y elegir lo que mejor se preste a la investigación sólida y a escribir sobre el asunto. Estos pasos ayudarán a su hijo a seleccionar el tema para su próximo trabajo o redacción.

**1. Lee para centrar tu asunto.** Su hijo podría empezar con una idea que le parezca interesante (por ejemplo, el consumismo de los estadounidenses) o con tema de tipo general que su profesor haya propuesto (el imperio romano). Sea lo que sea, debería leer



artículos y echar un vistazo a libros para hacerse una idea de las posibilidades que existen.

**2. Identifica las posibilidades.**

¿Existen temas recurrentes o áreas específicas que le gustaría explorar? Anímelo a que tome notas cuando lea. Debería prestar atención a cuanta información encuentre a fin de elegir un tema que pueda apoyar con detalles.

**3. Elige.** Anime a su hijo a que

compare sus descubrimientos con el trabajo que le han mandado. Necesita elegir un tema que no sea ni demasiado extenso ni demasiado reducido para la longitud de su trabajo, por ejemplo. Para acotar un tema amplio podría concentrarse en una persona, un lugar o un período de tiempo (por ejemplo, Elizabeth Barrett Browning en lugar de poetas importantes ingleses). 👍

## Lecciones de lengua

Tomar un idioma extranjero en el colegio puede ayudar a su hija a entender mejor su propio idioma y darle una ventaja en el mundo que es cada vez más diverso. Comparta con ella estas creativas maneras de estudiar:



■ Escuchen emisoras de radio, música, *podcasts* o noticias en ese idioma. Puede encontrarlas en YouTube o en sitios web como *tunein.com*.

■ Dígale que ponga etiquetas en objetos de su casa con palabras en el idioma extranjero.



Luego puede usarlas en las conversaciones

cotidianas (*miroir* en francés para espejo). Cenen “en italiano” y pídale que le enseñe a usted palabras relativas a los alimentos que están consumiendo (*Passami le patate, per favore* para “Por favor, pasa las papas”).

■ Anímela a que aprenda y cante canciones infantiles simples y a que lea libros infantiles en el idioma que está aprendiendo. Podría buscar en la biblioteca o pedirle libros a un profesor.

■ Dígale que practique con compañeros que hablen la lengua (por ejemplo, un amigo en el autobús que habla chino en casa). También podría hablar con los padres de sus amigos que crecieron hablando esa lengua. 👍

## De padre a padre

### Cuenta conmigo

Un amigo que trabaja como encargado de una tienda me dijo lo que se desespera cuando sus empleados adolescentes no van a trabajar o llegan tarde o se enfadan cuando reciben una advertencia.

Así que cuando mi hija Sara consiguió su primer trabajo a tiempo parcial hablamos de lo que significa ser fiable. Le expliqué que llegar a tiempo, no saltarse turnos y avisar cuando esté enferma son parte de su contrato.

Para que lo entendiera bien le pedí a mi amigo que hablara con Sara. Le explicó que cuando los empleados faltan al trabajo la tienda no está bien atendida, que las filas son largas y que otras personas tienen que trabajar más horas. También dijo que no ser fiable daña las posibilidades de conseguir recomendaciones para otros empleos o para la universidad e incluso de seguir en el trabajo. Este consejo pareció hacerle mella y me alegra ver que Sara empieza su trabajo con una buena actitud. 👍



## P & R

### El triunfo en los test estandarizados

**P** Se acercan los test estandarizados. ¿Cómo debería prepararse mi hijo?

**R** Los profesores repasarán en clase la información necesaria para el test, así que es indispensable una buena asistencia. Debería averiguar de qué materias serán los test y cuándo tendrán lugar, el formato para cada test (elección múltiple, respuesta corta), el material que entra y cuánto duran los test si tienen tiempo fijo.

Hacer test de prácticas y responder preguntas de muestra también le ayudará

a familiarizarse con el formato. Sus profesores se los pueden dar o quizá encuentre muestras en la biblioteca o en la red.

Finalmente, a fin de que llegue al test descansado y alerta, insista en que duerma mucho y coma un desayuno sano no sólo el día del examen sino todos los días. Comer

proteína por la mañana le dará más energía. Sugíerale desayunos como manteca de cacahuete con rodajas de manzana o un batido de yogurt y fruta. 👍



## 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  
540-636-4280 • rfcustomer@wolterskluwer.com  
www.rfeonline.com  
ISSN 1540-5613