

School Board

April Griffin, Chair
Cindy Stuart, Vice Chair
Doretha W. Edgecomb
Sally A. Harris
Carol W. Kurdell
Melissa Snively
Susan L. Valdes



Hillsborough County
PUBLIC SCHOOLS
Excellence in Education

Superintendent of Schools
Jeff Eakins

Assistant Superintendent
Student Services
Wynne Tye

Director, Student Services
Holly Saia, Ed.S.

Supervisor, Guidance Services
Dr. Philip Francis

NOTAS BREVES

Hacia atrás en otoño

¿Sabe su hija por qué la gente en la mayoría de los estados retrasa sus relojes una hora el 6 de noviembre? Lean la historia del horario de ahorro de luz diurna: adquirirá práctica en investigar por una razón relacionada con la vida cotidiana. A continuación puede compartir sus hallazgos con su familia y cambiar la hora en los relojes.

Ayudante de chef

Que su hijo ayude con la cena de Acción de Gracias y busque formas de hacerla más nutritiva. Por ejemplo, use pan de trigo integral para el relleno o puré de coliflor en lugar de papas. Inclúyalo en cada paso del proceso y aprenderá a planear comidas sanas, a comprar ingredientes y a cocinar.

Retiren los celulares

Tanto si su hija usa un teléfono celular como si no, se dará cuenta de qué hacen habitualmente los adultos con él. Asegúrese de guardar el teléfono durante las comidas o mientras habla o juega con ella. Su ejemplo le demostrará que lo correcto es prestar atención completa a los demás y que es más divertido hablar con la persona que se tiene delante.

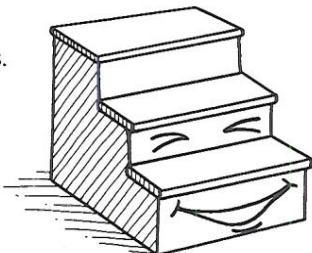
Vale la pena citar

"Ayer es historia. Mañana es un misterio. Hoy es un don. Por esa razón lo llamamos presente". Eleanor Roosevelt

SIMPLEMENTE CÓMICO

P: ¿Qué sube y baja pero no se mueve?

R: Las escaleras.



Guidance Services

Secretos para un mejor comportamiento

Ya conoce el dicho: Más vale prevenir que curar. Esto es también válido en lo relativo a la eficacia con la disciplina. Ponga a prueba estas ideas para anticipar posibles problemas y luego relájense y disfruten de un hogar más placentero.

Atención a los desencadenantes

Ser consciente de lo que causa el mal comportamiento es clave para prevenirlo. Puede que su hijo se porte mal cuando está cansado: asegúrese de que duerma de 9 a 11 horas cada noche. Quizá se porte mal cuando está aburrido. Dígame que haga una lista de actividades para cuando "no tiene nada que hacer" (ejemplos: hacer un solitario, pintar con los dedos, resolver crucigramas).

Ofrezca opciones

Dele a su hijo algo de control en las situaciones en las que le cuesta esfuerzo portarse bien. ¿Suele gruñir o quejarse cuando hacen mandados? Deje que elija el orden en que los hacen. ("Tenemos que ir a la lavandería y a la tienda. ¿Dónde vamos



primero?") ¿Le cuesta vestirse bien para eventos familiares? Tal vez le guste decidir el color de la camisa que ponga o elegir un par de calcetines divertidos.

Haga de entrenador

Los entrenadores demuestran, animan y celebran. ¿Por qué no usar esta técnica para el comportamiento que quiere que modifique su hijo? Si debe poner su ropa en el cesto de la ropa sucia, por ejemplo, "entrénelo" para que lance a ella sus camisetitas. Verá que es más divertido "encestar" que dejarlas en el piso. La próxima vez que vea su piso sin ropa sucia, felicítelo.♥

Preguntas para las reuniones con los maestros

¡Las reuniones con los maestros son muy breves! Aproveche su tiempo al máximo escribiendo por adelantado una lista de preguntas. Tenga en cuenta estas sugerencias:

- "¿Cuáles son algunas de las cosas más importantes que debería aprender mi hija este curso?"
- "¿Qué tal se lleva con sus compañeros cuando trabajan en grupo?"
- "¿Qué materia cree usted que le gusta más?"
- "¿Cuáles son los puntos fuertes de mi hija?"
- "¿Qué podemos hacer en casa para contribuir a que rinda al máximo en la escuela?"♥



Elecciones en el hogar

Las elecciones permiten que un grupo de personas tome una decisión, tanto si se trata de elegir al alcalde o cuando los estudiantes votan al consejo escolar. Muéstrele a su hija la democracia en acción celebrando elecciones en su hogar.

1. Elijan el tema. Dígame a su hija que elija un asunto por el que votar. Podría ser algo práctico (“¿Pintamos el baño de verde o de azul?”) o divertido (“¿Comparamos un pez o un hámster?”).



2. Campaña. Cada persona puede hacer campaña por su opción, presentando razones por las que los demás deberían votar a su favor. Podrían hacer carteles o pronunciar discursos para persuadir a los miembros de su familia.

3. Hagan papeletas. Que su hija haga una papeleta para cada miembro de su familia y consiga una caja de pañuelos de papel para depositar las papeletas de la votación.

4. Voten. Seleccionen una noche para su elección. Depositen sus votos y que su hija los cuente y anuncie el ganador.

Consejo: Usen esta actividad como ocasión de hablar de las elecciones nacionales que se celebran este mes. Hable con su hija cuando voten, explique su decisión y sigan con ella los resultados la noche de la votación.♥

RINCÓN DE ACTIVIDAD

Crear una reacción en cadena

Su hijo puede observar con sus propios ojos una reacción en cadena. Todo lo que necesita es un juego de dominó.

Dígame que ponga en fila las fichas de dominó, cerciorándose de que la distancia entre ellas sea aproximadamente la misma. ¿Qué sucede cuando derriba la primera ficha? (Derrumbará toda la fila de fichas de dominó.) Sugírela que las ponga un poco más cerca una de otra o que las separe, o incluso que las coloque en círculo, en forma de U, de 8 o de espiral. Podría usar un cronómetro para averiguar qué espaciamiento o colocación causa que se derrumben las fichas con más rapidez.



Al experimentar aprenderá qué es una reacción en cadena, en la que la energía se traslada de un objeto a otro.

Idea: Anime a su hijo a que busque ejemplos de reacciones en cadena en la vida real, como los bolos que caen cuando juega al boliche.♥



DE PADRE A PADRE

Ser amable es rentable

Hace poco paramos para pagar un peaje, pero nos dijeron que el conductor anterior nos lo había pagado ya. Mi hijo John dijo: “¡Pero si no nos conoce!”

Le expliqué que el conductor había hecho un “acto aleatorio de bondad”, algo bondadoso no solicitado y por lo que no se espera nada a cambio. Grandes o pequeñas, estas buenas acciones hacen del mundo un lugar mejor. Mi hijo dijo que también él quería hacer un acto aleatorio de bondad. Así que después de rastrillar las hojas de nuestro jardín, limpió en secreto las de nuestra vecina. Se sintió tan bien al ver su sonrisa cuando la vecina volvió a casa que empezó a buscar formas de ser amable con alguien más.

Ahora los actos aleatorios de bondad se han convertido en algo normal en nuestro hogar. Y John ha descubierto que cuando hace algo por otra persona, es él quien se siente bien.♥



Conozca su biblioteca

La biblioteca pública es un lugar estupendo para que su hija descubra libros que valorará, encuentre información para proyectos escolares o simplemente para que se ponga cómoda y lea. Hábituela al uso de la biblioteca con estas ideas.

Consigan un carné. Dígame a su hija que pida su propio carné de biblioteca. Así sentirá que está en “su” biblioteca.

Familiarícese. Exploren las distintas secciones. Anímela a que conozca al personal de la biblioteca:



le recomendarán títulos o la ayudarán a localizar los distintos recursos.

Devuelvan los libros a tiempo. Los retrasos pueden acumular multas e impedir que su familia pueda sacar más libros.

Sugírela a su hija que decore una bolsa reutilizable para poner en ella los libros y un papelito adhesivo con la fecha de devolución. Cada vez que saque un libro puede cambiar el papelito por otro con la nueva fecha de devolución.♥

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 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com

ISSN 1540-563X