

# Consejos para los Padres

Calendario

Escuela Secundaria  
**Los Padres**  
¡aún hacen la diferencia!

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	<b>1</b> La mayoría de las solicitudes a las universidades, deben enviarse el próximo mes. Asegúrese de que su hijo no se olvide.	<b>2</b> Vayan a la biblioteca. Pida prestado un libro sobre las tradiciones para las fiestas de fin de año. Escoja una par probar.	<b>3</b> En un diario o revista, busque un artículo que le pueda interesar a su hijo. Déjelo a la vista.	<b>4</b> Esconda la golosina predilecta de su adolescente donde pueda encontrarla a la hora de dormir. Escríbale una notita.	<b>5</b> ¿Su hijo está leyendo una novela difícil en su clase de inglés? Busque una guía de estudio para ayudarlo.	<b>6</b> Vea en los clasificados qué tipos de trabajos se ofrecen. ¿Cómo puede prepararse su hijo para un buen empleo?
<b>7</b> Hable con su hijo sobre las formas de enfrentar la presión de los amigos. Imagine con él algunas posibles situaciones.	<b>8</b> Informe a su joven que la mejor manera de prepararse para pruebas de entrada a la universidad es apagando la tele y leyendo.	<b>9</b> Si su hijo está ahorrando para algo especial, una foto de ello en su billetera puede ayudarlo a evitar gastar dinero.	<b>10</b> Mientras esté en el auto con su joven, pregúntele si hay algo importante que le gustaría compartir con usted.	<b>11</b> Haga tarjetas didácticas con su hijo. Son fantásticas para estudiar nuevo vocabulario.	<b>12</b> Cada vez que pueda, busque soluciones en la que todos ganen. Las mejores decisiones funcionarán para todos.	<b>13</b> Mande una tarjeta a una persona que no haya visitado en mucho tiempo. Haga que toda la familia la firme.
<b>14</b> Durante las fiestas de fin de año se estrenan muchas nuevas películas. Planifique ver una con su hijo.	<b>15</b> La mayoría de los jóvenes reciben tareas a largo plazo. Ayude a su hijo a dividirla en pequeñas partes.	<b>16</b> Trate de mantener una conversación enteramente en rima con su hijo.	<b>17</b> Los jóvenes asimilan más en dos sesiones de estudio de 20 minutos que en una de 40.	<b>18</b> Los jóvenes se expresan mucho a través de su comportamiento. "Escuche" el mensaje que envía la actitud de su hijo.	<b>19</b> Pida ver la tarea de su hijo. Charle sobre cómo todo lo que él está aprendiendo lo ayudará más tarde.	<b>20</b> Trate de negociar los quehaceres con su hijo cada vez que sea posible. Puede limpiar el garage hoy o mañana.
<b>21</b> Dé una caminata, mire las estrellas y hable con su hijo.	<b>22</b> Plantee una situación embarazosa antes de que ocurra. Practique cómo su adolescente podría encararla.	<b>23</b> Anime a su hijo a escribir una carta a un profesor o entrenador que lo hubiera influenciado de manera positiva.	<b>24</b> Cocine la cena con su hijo. Traten de pensar en las formas para reducir la cantidad la grasa.	<b>25</b> Déle a su hijo el mejor regalo—un pagaré para pasar tiempo juntos.	<b>26</b> Invite a los amigos de su hijo a su casa. Usted llegará a conocer mejor tanto a su hijo como a sus amigos.	<b>27</b> Aún si esta fuera la temporada baja del deporte que practica su hijo, anímelo a mantenerse en forma todo el año.
<b>28</b> Cuando su hijo esté por tomar una decisión, ayúdelo a ver el lado bueno y el malo de todas las posibles alternativas.	<b>29</b> Desafíe a todos a aprender—y usar—tres palabras nuevas por día. ¡Eso es más de 1,000 palabras por año!	<b>30</b> Con los privilegios vienen las responsabilidades. Si no se cumplen las responsabilidades, se pierden los privilegios.	<b>31</b> No deje que su hijo vaya a fiestas donde no existe supervisión adulta, aunque él le diga que "todos lo hacen."	<h2>Diciembre 2008</h2>		

© 2008 The Parent Institute®, una división de NIS, Inc. Puede ser reimpreso de acuerdo a los derechos listados en *Los Padres ¡aún hacen la diferencia!*® Escuela Secundaria. 1-800-756-5525

# Consejos para los Padres

Calendario

Escuela Secundaria  
**Los Padres**  
¡aún hacen la diferencia!

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
<h2>Enero 2009</h2>				<b>1</b> Este mes, haga algo de tiempo para asistir a una de las actividades de su hijo.	<b>2</b> 40 por ciento de los chicos tratan de perder peso usando métodos poco saludables. Anime a su hijo a comer sanamente.	<b>3</b> Establezca un plan de ahorro con una meta específica. Hable sobre la contribución que puede hacer cada miembro de la familia.
<b>4</b> Mire su propio calendario. ¿Puede ir a la escuela a ayudar por lo menos una vez este mes?	<b>5</b> Si su adolescente trabaja a medio tiempo, exija que ahorre dinero para la universidad o su capacitación profesional.	<b>6</b> Los conductores neófitos se distraen fácilmente. Limite, por un tiempo, el número de amigos que pueden ir en el automóvil.	<b>7</b> Cuando se comunica con su adolescente, trate de escuchar más de lo que habla.	<b>8</b> ¿Han ido desmejorando los hábitos de estudio de su hijo? Vuelva a una rutina diaria de estudio.	<b>9</b> Cuando su hijo traiga a casa una calificación, concéntrese primero en lo que aprendió, no en la nota.	<b>10</b> Prepare unas galletas con su adolescente. Llévelo algunas a un vecino que aprecie su compañía.
<b>11</b> La honestidad es un valor que "se adquiere, no se enseña." Si espera honestidad de su hijo, dé el ejemplo usted.	<b>12</b> Si su joven está confundido en una clase, asegúrese de que le pida ayuda al maestro.	<b>13</b> Verifique, a mitad del año académico, cómo le va a su hijo. Hay tiempo para ayudarlo si sus notas están bajando.	<b>14</b> A aquellos chicos que corren muchos riesgos, hableles sobre la diferencia entre la valentía y la negligencia.	<b>15</b> Los chicos se sienten presionados por falta de tiempo. Converse sobre cómo establecer prioridades.	<b>16</b> Déle a su hijo este importante mensaje: No todos los chicos tienen relaciones sexuales.	<b>17</b> Lleve a su hijo a tomar desayuno, o prepárele su predilecto en casa.
<b>18</b> Pídale a la bibliotecaria una lista de los libros que están leyendo los jóvenes. Anime a su hijo a que lea uno.	<b>19</b> Es un hecho: la edad promedio en que la gente dice que probó el alcohol es 12.8 años.	<b>20</b> No todos los chicos quieren ir a la universidad. Explore otras alternativas, como por ejemplo una escuela vocacional.	<b>21</b> Si su adolescente es perezoso e inactivo, ayúdelo a buscar una actividad física que le guste.	<b>22</b> Vaya a la biblioteca con su hijo. Busque una revista especializada en uno de los temas que le interesan a él.	<b>23</b> Converse con su adolescente sobre las cosas que podrían hacer para conservar energía y los recursos naturales.	<b>24</b> Asegúrese de que su hijo sepa que las reglas de la casa se aplican cuando está en casa de amigos y no sólo en la suya.
<b>25</b> Pase una "Noche Familiar en Casa." Prepare palomitas de maíz. Acurríquese con un libro, una película o un juego.	<b>26</b> Inste a su hijo a tomar notas en clase. Los maestros usualmente indican qué estará incluido en el próximo examen.	<b>27</b> Estudie varios días antes para un examen. Los chicos asimilan más de esa forma que si hubieran estudiado justo antes.	<b>28</b> Hable con uno de los consejeros. ¿Va su hijo en camino a graduarse? Si no, ¿qué debe hacer?	<b>29</b> Vea con su hijo su programa de TV favorito. Hable sobre los valores del programa. ¿Usted está de acuerdo con ellos?	<b>30</b> Si su hijo es un atleta, deje que el entrenador sea quien entrene. Si usted lo hace como espectador, le hará pasar vergüenza.	<b>31</b> Trate de pasar todo un día sin usar la tecnología moderna. ¿Qué podría hacer su familia?

© 2008 The Parent Institute®, una división de NIS, Inc. Puede ser reimpreso de acuerdo a los derechos listados en *Los Padres ¡aún hacen la diferencia!*® Escuela Secundaria. 1-800-756-5525



Kern County Supr. of Schools Office  
Daryl Thiesen, Title IV/TUPE Coord.

# Consejos para los Padres

## Calendario

Escuela Secundaria

### Consejos para los Padres

Calendario

Escuela Secundaria  
**Los Padres**  
*¡aún hacen la diferencia!*

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Saturday
<b>1</b> Ponga una cita notable que inspire a su hijo donde él pueda verla. Cámbiela con frecuencia.	<b>2</b> Ser el padre de un adolescente es difícil. Dedíquese cierto tiempo para usted.	<b>3</b> Intente eliminar toda frase negativa este mes. Sustituya "No funcionará" con "Vamos a intentarlo."	<b>4</b> Vaya a la biblioteca. Pida prestada una biografía de un personaje que su hijo admira.	<b>5</b> En un día en que no haya tarea, los chicos pueden usar la hora de estudio para repasar.	<b>6</b> Cuando su hijo establezca una meta, pídale que la diga en voz alta. Esto lo ayuda a creer que puede lograrlo.	<b>7</b> Es un hecho: el adolescente típico verá más de 100,000 propagandas de cerveza antes de cumplir los 18 años.
<b>8</b> Cuénteles a su hijo sobre algo que usted hizo en la escuela secundaria y que hoy haría de diferente manera.	<b>9</b> Envíele hoy una tarjeta de San Valentín a su hijo para que la reciba el 14.	<b>10</b> Si su hijo no fue elegido para el equipo o la obra de teatro, ayúdele a planificar lo que hará la próxima vez.	<b>11</b> Llame a la familia de uno de los amigos de su hijo. Planifique que las dos familias hagan algo juntas.	<b>12</b> Si su hijo es perfeccionista, limite el número de veces que puede rehacer una tarea.	<b>13</b> El ejercicio les da energía a los chicos para mantenerse despiertos y para estudiar. Además, también duermen mejor.	<b>14</b> Enfátice a su hijo lo mucho que usted lo quiere.
<b>15</b> Compre unas cuantas tarjetas de San Valentín cuando estén en liquidación. Mándelas a su hijo a lo largo del año.	<b>16</b> Vea un programa turístico con su adolescente. Charle sobre cuál lugar le gustaría visitar.	<b>17</b> Busque un programa de televisión sobre un tema controversial. Úselo para promover una discusión.	<b>18</b> Déle a su adolescente la responsabilidad de hacer sus propias citas para el médico o el dentista.	<b>19</b> Asegúrese de que su hijo y cualquier pasajero, se pongan el cinturón de seguridad cada vez que se suban al auto.	<b>20</b> Muchas universidades tienen programas de computadora sobre la red. Anime a su hijo a que haga visitas electrónicas.	<b>21</b> Para fomentar el ahorro, usted podría contribuir con una cantidad similar a la que su hijo ahorre.
<b>22</b> La crítica negativa puede llegar a ser una profecía que se cumplirá. Envíe mensajes positivos cada vez que pueda.	<b>23</b> Al elegir clases para el año que viene, una "B" en un curso difícil es mejor que una "A" en uno fácil.	<b>24</b> Es un hecho: los adolescentes dicen que sacar buenas notas en el colegio es su prioridad número uno.	<b>25</b> ¿Buena nota en un examen? Celebre de alguna manera—una comida especial, una salida a divertirse.	<b>26</b> La noche antes de un examen, haga que su hijo se tome cinco minutos para organizar sus cosas.	<b>27</b> Los chicos que se sienten excluidos, podrían meterse en un culto. Ayúdelo a encontrar un grupo donde se sienta bien.	<b>28</b> Dé un paseo con su hijo. Converse sobre lo que pueden hacer juntos para ayudarlo a lograr una de sus metas.

## Febrero 2009