Manual del Mentor

Nivel 2

ÍNDICE

LA MENTORÍA PASO A PASO **3**

EXPERIENCIAS Y DIRECTRICES PARA LOS MENTORES **4**

GUIONES PARA CADA SESIÓN DE MENTORÍA **9**

01 Hábitos de estudio, base para el futuro. 9

02 ¿Qué te hace feliz? 10

03 Conocerse: Autoestima, Madurez y Carácter. 12

04 ¿Soy un líder? 14

05 Cultura y buenos modales, complemento de la personalidad. 15

06 Actividades Extracurriculares y aprovechamiento del tiempo libre. 16

07 Una vida al servicio de los demás. 17

ANEXOS **18**

Hoja de mis metas mensuales 19

Las metas de mi vida 20

Consejos para brillar en High School 21

Hoja de Uso del Tiempo 31

Cuestionario de Hábitos de Estudio 34

Hábitos del estudio efectivo. 40

Horario semanal 43

Hoja de actividades extracurriculares. 44

Lista de Libros recomendados 46

ESCALA DE MADUREZ 48

Suggested Summer Activities for Freshmen 53

Metas del Verano 58

Test de Servicio 60

Hoja de Resumé 68

LA MENTORÍA PASO A PASO

Método CONPRES (Concertar, Preparar, Ejecutar, Seguir)

Introducción:

- Clave para la eficacia de "The Ridge".
- Requiere esfuerzo, pero si se hace bien, puede tener un gran impacto en las vidas de los participantes.
- Tenemos poco tiempo para estar con los estudiantes. Por esta razón, tenemos que sacar el máximo provecho de cada sesión de mentoría. **La preparación es la clave.**
- Temas a insistir: Amistad, entusiasmar.

Concertar:

- ¿Cómo?
  - Para la primera cita hablar con los padres.
  - Las siguientes, el mentor debe coordinar directamente con el estudiante.
- ¿Cuándo?
  - El sábado siguiente a la Conferencia entre 10:00 am a 1:00 pm.
- ¿Dónde?
  - En Puertorreal.

Preparar:

Conocer bien Plan de estudios para el mentor (mensual).

Ejecutar:

- Duración: 45 min.
- Seguir el plan de estudios para el mentor (mensual).
- "Hoja de Metas Mensuales": metas claras.

Seguimiento:

- Estudiantes.
- Papás (varones).

EXPERIENCIAS Y DIRECTRICES PARA LOS MENTORES

Introducción:

- La mentoría es la clave para la eficacia de "The Ridge".
- La mentoría requiere mucho esfuerzo, pero si se hace bien, puede tener un gran impacto en las vidas de los participantes.
- Tenemos poco tiempo para estar con los estudiantes. Por esta razón, tenemos que sacar el máximo provecho de cada sesión de mentoría. **La preparación es la clave.**

Concertar las sesiones de mentoría:

- Para la primera sesión de mentoría, lo mejor es hablar con los padres, presentarse y hacer una cita para reunirse con ellos.
- Explicarles cómo se manejarán las reuniones de las mentorías.
- Para las siguientes sesiones de mentoría, el mentor debe coordinar directamente con el estudiante sobre la hora en la que se van a reunir. Esto ayuda al estudiante a crecer en responsabilidad. Sin embargo, para las primeras sesiones de mentoría y al tratar con los estudiantes más jóvenes o más inmaduros, puede ser bueno o necesario involucrar a los padres. Dependerá también de lo que los padres prefieran. Se puede hablar con ellos.
- La mentoría se tendrá en Puertorreal. Los estudiantes pueden aprovechar para estudiar en la sala de estudio mientras esperan su turno.
- Es útil que desde el principio del curso el mentor concrete el mejor medio de comunicación para el contacto semanal. (Puede ser por teléfono, por texto o por email). Lo ideal es concretar el día y la hora de contacto (p. ej. Todos los lunes a las 6:00 pm).

Preparar la sesión de Mentoría:

1. Antes de reunirse con el estudiante, dedique el tiempo necesario para pensar y rezar por él (unos 10-15 minutos por estudiante). **Dado que la mentoría es la clave para la eficacia de "The Ridge", es muy importante la preparación para cada sesión.**
2. Conozca de antemano el Guión de la Mentoría preparado para cada sesión. Transmita al estudiante todas las ideas ahí contenidas y si piensa en concreto en cada estudiante, podrá transmitirle la información de forma que le la pueda comprender mejor.
3. Asegúrese de que el estudiante está entendiendo sus explicaciones. Si realmente está entendiendo, debe ser capaz de:
   a. Explicar esas ideas con claridad.
   b. Saber cómo ponerlas en práctica (para esto, puede ponerse nuevas metas para el próximo mes).
4. Refuerce y dé seguimiento al material de clases anteriores y a metas que se haya propuesto en sesiones anteriores de la mentoría (uso de sus talentos, superación de sus defectos, resoluciones anteriores, etc.).
5. He aquí algunas herramientas útiles para el seguimiento en las mentorías:
   a. **Hoja de control personal del estudiante**: es particularmente buena para seguir los temas que se deben hablar con el estudiante, o temas que no se han hablado o que necesitan más seguimiento: calificaciones, hobbies, metas del plan de estudios, metas mensuales, información personal, etc.

b. **Guión de Sesión de Mentoría.** (son 7, una por cada charla). Se deben seguir para la preparación y el desarrollo de las sesiones de mentoría.
c. **Hoja de metas mensuales**. le da los detalles de la meta del estudiante y también un registro de cuándo tuvo la mentoría el alumno.

Estudie estas hojas antes de reunirse con los estudiantes.

6. Tome notas durante la mentoría. Es bueno tomar notas frente al estudiante con laa excepción de información confidencial.
7. Lo importante es que usted tenga claro el material que tiene que hablar con el estudiante antes de cada sesión de mentoría. **Este punto es muy importante.**
8. Sería una lástima que después de dedicar tanto trabajo para tener la mentoría con el estudiante, no nos tomemos el tiempo para prepararla lo mejor que podamos.

La ejecución de la sesión de Mentoría:

1. La duración de la sesión de mentoría debe ser 45 minutos. Una sesión se puede extender de 45 minutos, pero debe ser de vez en cuando, no puede ser algo regular, porque si se excede de este tiempo, el estudiante dejará de prestar atención.
2. Realice la mentoría en un área privada pero abierta o con ventana.
3. Para evitar repetir temas, trate de cubrir todos los objetivos del currículo.
4. Utilice los guiones mensuales de "The Ridge" como guía para lo que se debe cubrir en cada mentoría.
   a) Asegúrese de llevar record del progreso y de las metas de los estudiantes. Esa información, se debe escribir en la hoja de control personal del estudiante.
   b) En ocasiones, puede ser un reto cubrir toda la información contenida en el guión mensual, pero es necesario, porque el estudiante necesita cubrir todos esos temas. (Esto se puede ver como la construcción de un edificio, es necesario colocar una piedra encima de otra hasta que el edificio está terminado).
   c) Trate de no saltarse ninguna información importante; en el corto plazo esto puede parecer que no es gran cosa, pero en el largo plazo si puede afectar. (Volviendo al ejemplo del edificio, si faltase alguna estructura importante, el edificio se puede venir abajo).
   d) Usted debe "apagar incendios", corregir problemas, que puedan surgir sobre la marcha de la mentoría y que se refieran a temas importantes que se han hablado en sesiones anteriores. Sin embargo, si bien es importante prestar atención a estos incendios, no se distraiga mucho tiempo con ellos, se debe seguir con lo establecido.
5. No deje la sesión de mentoría sin metas mensuales claras. Ayude al estudiante a llegar a puntos específicos - que está bien sugerirle- si el solo no puede llegar a ellos.
6. Entregar a cada estudiante una pequeña libreta en la que pueda evaluarse todas las noches como va en sus metas mensuales y en ocasiones puede proponerse algún plan para hacer al día siguiente. Con un poco de apoyo de su mentor, el estudiante desarrollará este buen hábito que le servirá mucho para su vida profesional y social.

a) Es importante explicarle el propósito: hacer esto es clave para el logro de sus metas. Si él no revisa cómo lo hizo cada día, no tendrá ni idea de lo bien o mal que lo está haciendo, y no será capaz de evaluarse a sí mismo.
b) Un método que le puede resultar eficaz:
    i) Que todos los días ponga la fecha en la parte superior de una nueva página.
    ii) Que se evalúe cada meta mensual.
    iii) Si no obtuvo una A, que escriba el motivo de porque no. Por ejemplo, si su objetivo era salir de la cama de inmediato y se puso a sí mismo una F, tal vez fue porque se levantó tarde porque estuvo viendo la TV toda la tarde anterior y comenzó a hacer las asignaciones hasta muy noche. Así que se debe escribir " ver demasiada televisión."
    iv) Hacer una resolución para mañana (por ejemplo, mañana no hay televisión).

Seguimiento a las metas de las sesiones anteriores:

1. Para dar seguimiento a las metas de los estudiantes, es esencial tener contacto semanal. Esto se puede ver como un problema, pero es necesario para la eficacia de este programa.
2. Llamar a un estudiante semanalmente, es una manera de ayudar a que el estudiante dé seguimiento a sus metas. Si se construye una buena relación entre el estudiante y el mentor, eso permite dar seguimiento frecuente de sus metas.
3. En ocasiones se pueden enviar mensajes de texto, pero no pueden sustituir por completo las conversaciones telefónicas.
4. La experiencia, dice que es mejor fijarse un día y un horario para hacer la llamada telefónica semanal (por ejemplo, los martes a las 8:30 pm).
5. Para el nivel 1, puede ser mejor llamar al número de la casa, entonces los padres se enteran y están conscientes del contacto.

Hablando de la amistad:

1) Un tema muy importante de la mentoría, es enseñarle al estudiante a hacer amigos.
2) Lo siguiente ha demostrado ser eficaz:
    a) En diciembre, se le debería poder preguntar al estudiante:
        i) La definición de amistad y las cualidades de un verdadero amigo.
        ii) Pídale que piense en sus amigos y analice porqué es amigo de cada uno de ellos (qué es lo que le gusta hacer con cada persona). Asegúrese de documentar quiénes son sus amigos (por su nombre) para que pueda darle seguimiento después.
        iii) Pídale que reflexione sobre sus amistades y que identifique quienes son sus verdaderos amigos y quienes caen más en la categoría de compañeros, pero no de buenos amigos. Por ejemplo, es útil que piense acerca de las fortalezas, debilidades y qué virtudes necesitan adquirir sus amigos. Luego que sugiera sobre cómo podrían mejorar.
    b) Otro método podría ser explicar los 3 niveles de amistad de Aristóteles. Preguntarle dónde piensa que él está con sus amigos.
    c) Una vez que haya hablado de la amistad y que eso le haya ayudado a establecer metas para crecer en la amistad, será más fácil traer a un amigo a “The Ridge”.

d) Es bueno animar a los mejores muchachos a que si creen que vale la pena “The Ridge”, que inviten a sus amigos y los traigan aunque sea una sola vez. Esto se les debe repetir en cada mentoría.

Las conversaciones telefónicas con los padres:

1) El mentor debe hablar con los padres (lo mejor, es que sea con el papá) al menos una vez al mes. Si no los hemos visto o hablado con ellos durante las sesiones de mentoría, por lo menos debemos llamarlos por teléfono.
2) Es preferible, hablar con el padre, no con la madre. Es bueno para el papá, para que se envuelva más directamente en la educación de su hijo.
3) Si pasa un mes sin tener la mentoría, es bueno hablar con los padres tanto por la profesionalidad del programa, como para que nos ayuden.
4) Explicar a los padres un poco de lo que se está cubriendo en el curso, pero asegurándose de mantener privado lo que los muchachos le dicen confidencialmente. El estudiante, no tiene por qué enterarse de que usted está hablando con sus padres sobre él.
    i) Si el estudiante no habla con confianza, puede ayudar decirle que lo que van a hablar es algo confidencial.
    ii) Si no es necesario, hay que evitar tener esta conversación.
5) Si un estudiante menciona algo serio y usted piensa que los padres deben saber sobre eso, primero pregunte al estudiante por qué no habla con sus padres sobre el tema, que es importante que sus padres lo sepan, pero que usted no va a ir a hablar de eso con sus padres, sin su consentimiento.

¿Qué hacer con el "caso difícil"?:

Si un estudiante no quiere hablar y parece desinteresado o no está respondiendo bien a la mentoría.

Algunas posibles razones pueden ser:

• Falta de motivación..
• No quiere asistir a “The Ridge”.
• No puede hacer amigos en “The Ridge”.
• Es poco ambicioso.

Formas posibles de remediar esto:

- Trate de hacerse su amigo antes de comenzar la sesión y durante la sesión. La primera sesión es muy importante para hacer la conexión.
- Aproveche el hecho de que usted es mayor que él y tiene muchas más experiencias únicas y emocionantes. A medida que trata de llegar a conocerlo mejor, utilice historias acerca de su experiencia universitaria, viajes, el trabajo profesional, etc. para provocar su curiosidad y animarlo a abrirse y hablar más.
- Hay que tener en cuenta, que es poco común que un estudiante de escuela superior se abra fácilmente con una persona mayor o con un joven experimentado. A medida que aprenda más sobre usted y su vida probablemente le pedirá consejo y buscará su orientación.

- Muéstrele que usted tiene la intención de ser un verdadero amigo desde el principio. Después de su primera reunión, envíele un mensaje de texto o un correo electrónico para decirle que disfrutó mucho la sesión de mentoría y que está esperando el momento de reunirse de nuevo. Trate de recordar algo que le dijo en la primera sesión y refiérase a eso en un mensaje de texto o en una llamada telefónica (por ejemplo, "espero que el juego de fútbol haya salido como esperabas" o "Me gustaría saber más acerca de tu viaje a Cancún"). Muy pocas personas pueden resistir una lluvia de atención y afecto como este.

<u>El caso muy difícil</u>: Este es el estudiante que todavía no responde bien a la mentoría o simplemente no facilita las cosas para acordar tener una cita para la mentoría.

Tratar con el caso muy difícil:

1. Pregúntele si realmente quiere hacer la mentoría. Dígale que, si quiere dejar de hacer la mentoría, usted puede hablar con sus padres para no tenerla y que no habrá resentimientos. A veces esta pregunta es suficiente para hacer que se lo tomen en serio. Para ello, desde el principio debe ser asertivo.

2. Hable con los padres (después de haber hablado con el estudiante) con el fin de tratar de resolver el problema o para discutir si dan por concluida la mentoría. Otra opción (para los estudiantes que son sólo moderadamente interesados) es una mentoría telefónica.

GUIONES PARA CADA SESIÓN DE MENTORÍA

01 Hábitos de estudio, base para el futuro.

Puntos principales de la clase

1. Tu primer trabajo profesional, es el estudio y no sólo es una preparación para el trabajo. En la vida profesional lo importante es tu buen desempeño y en la escuela lo importante son tus calificaciones.
2. Es de gran utilidad que ahora desarrolles buenos hábitos de estudio. Estos hábitos van a formar los rasgos de tu carácter.

Sesión de Mentoría

1. Revise los puntos principales de la clase y discuta cómo podrían aplicarse en la vida del estudiante.
2. Revise las notas del estudiante, y anótelas en la hoja de control.
3. Revise el **Cuestionario de Hábitos de Estudio** con el estudiante (debe haberla llenado en la clase). Con naturalidad, utilice los términos de "templanza" y "fortaleza" (explíqueselos) cuando se habla de los hábitos de estudio.
4. Revise con él la **Hoja del uso del tiempo**. Si se ve conveniente, puede compararse con la del año pasado.
5. Enseñe al estudiante a hacer su **hoja de horario semanal** y que haga uno. A continuación se muestra un posible método para enseñarle:
    i) Escriba todos los compromisos que ya tienen un tiempo asignado (p.ej., el horario escolar, actividad extracurricular, comidas, etc.).
    ii) Escriba las actividades que sean más importantes, y colóquelas en el mejor tiempo disponible. Incluya las horas de estudio y de sueño en esta categoría. Asegúrese de que haya suficiente tiempo para ambas.
    iii) En otra hoja de papel, haga una lista de las actividades que desea hacer, pero que no son tan importantes como las anteriores. Añada, en la medida posible, estas actividades en el horario.
    iv) Si no tienen tiempo suficiente durante la mentoría para terminar el horario, pídale al estudiante que lo termine en su casa y que lo traiga para la próxima mentoría.

Objetivos sugeridos:

1. Dar a cada estudiante una “libreta” para que dé seguimiento al progreso diario a sus metas mensuales.
    b) Es importante explicar el propósito: hacer esto es clave para conseguir sus metas. Si no se revisa cada día, no tendrá idea de cómo lo está haciendo y no será capaz de darse una nota significativa.
    c) Un método eficaz, que pueden utilizar es:
        i) Todos los días, coloque la libreta sobre la almohada, entonces al verla en su cama, se acuerda de evaluar sus metas antes de irse a dormir.
        ii) Primero puede poner la fecha en la parte superior de una nueva página.
        iii) Debe darse una calificación para cada una de las metas mensuales.

iv) Si no obtuvo una A, que escriba un breve motivo del por qué. Por ejemplo, si su meta era salir de la cama de inmediato y se puso a sí mismo una F, tal vez fue porque se levantó tarde porque el día anterior estuvo viendo la televisión toda la tarde y no comenzó sus asignaciones hasta muy noche. Así que se debe escribir "Vi mucha TV."
v) Hacer una resolución para el día siguiente (por ejemplo, mañana no veo la televisión).
vi) Cuando se va a dormir, la puede dejar en el suelo al lado de su cama para que cuando se levante la vea y se acuerde de la resolución para ese día.

2. Que establezca sus metas para el próximo mes y asegúrese de que son concretas y factibles. Una buena meta podría estar en el número de horas diarias de estudio.

3. Que Establezca algunas posibles metas académicas (por ejemplo, anime al estudiante a que tenga una meta para su GPA. De esta forma, se puede trabajar con él en el logro de esta meta).

Asignaciones:

1. Trabajar en el desarrollo de los hábitos de estudio que necesite. Hablarlos con el papá.
2. Hable con su papá del documento **Consejos para Brillar en High School.**
3. Termine su horario semanal si no lo terminó durante la mentoría

02 ¿Qué te hace feliz?

Puntos principales de la clase

- **Punto Clave**: La felicidad es una elección. Es necesario tener fortaleza para tomar esa decisión (tener una buena actitud requiere fortaleza).
- La felicidad es el objetivo principal de la vida de toda persona; quien no tiene una idea correcta y clara de lo que le hace feliz, no es capaz de manejar su propia vida y tomar decisiones correctas.
- La felicidad se encuentra principalmente en hacer el bien a los que te rodean (familia, amigos, el propio país, el mundo entero, a Dios, etc.).
- Alcanzarás las cosas buenas por las que luchas, si sólo te preocupas por tu bienestar, vas a tener muy poca felicidad.

Sesión de Mentoría

1. Pregunte al estudiante sobre cómo puede aplicar a su vida los distintos puntos de la charla:

a. ¿Por qué crees que todos necesitan tener claro qué cosas lo hacen feliz?
(Todas nuestras acciones se dirigen a la felicidad. Si no tenemos una idea clara de lo que nos hace feliz, no vamos a saber cómo dirigir nuestras vidas y qué debemos hacer para lograrlo.)
b. ¿Cuáles son los cuatro niveles de la felicidad?
   i. Bienes externos y la gratificación física inmediata o placeres.
   ii. Ser admirado por los demás.
   iii. Dedicarse al bien de los que lo rodean.
   iv. La amistad con Dios y con los demás por amor de Dios.
c. ¿Qué nivel tiene el estudiante como objetivo en la mayoría de tus acciones?
(Si el estudiante apunta a diferentes niveles dependiendo de la actividad, entonces discuta esta pregunta en relación a actividades específicas, por ejemplo, la amistad, el trabajo escolar, etc.)
d. ¿Pregúntele si le gustaría apuntar a un nivel más alto en sus acciones?

2. Completar la **Hojas de metas para mi vida.** Puede conversar con el estudiante sobre si sus metas se ajustan a las ideas sobre felicidad discutidas previamente.
3. Que el estudiante llene la **Hoja de metas mensuales.**

Objetivos sugeridos:

1. Algún propósito que le lleve a pensar más en los demás y menos en sí mismo. Por ejemplo: en la casa, en la escuela, en el deporte, etc.

Asignaciones:

1. Que el estudiante hable con su papá sobre la **Hoja de Metas para mi vida.**
2. Que el estudiante llene la Hoja de uso del tiempo.

03 Conocerse: Autoestima, Madurez y Carácter.

Puntos principales de la clase

1. Tu vida podría definirse por tu carácter. El carácter se valora en función de las virtudes.

2. El carácter permite que los hombres puedan asumir responsabilidades, los hace magnánimos y les hace madurar.

3. Para lograr las metas en la vida, es necesario tener carácter. El carácter nos permite gobernar las propias cualidades para servir a los demás.

4. La falta de carácter tiene consecuencias negativas.

5. Los grandes hombres de la historia, han sido hombres de carácter. Un desafía es algo que vale la pena hacer, aunque cueste trabajo. Los grandes hombres son los capaces de enfrentar esos desafíos.

6. No se nace con el carácter totalmente formado (como el temperamento y los talentos). El carácter no se va formando solo con el tiempo (como la estatura). El carácter el es el resultado de tus decisiones. De que lo que decidas ser.

Sesión de mentoría

1. Revise los puntos principales de la clase y discuta cómo podrían aplicarse en la vida del estudiante.

2. Analice con el estudiante la **"Escala de Madurez".** Para cada número en la escala, pida al estudiante que circule en qué columna se encuentra. Para esos números en los que el estudiante se identificó a sí mismo como que estaba en la "columna de la izquierda", revise cómo podría cambiar su comportamiento para moverse a la "columna de la derecha"

3. Hablar sobre cómo es el carácter de sus amigos, esa es una buena forma de ilustrar los puntos en la **"Escala de madurez"** (por ejemplo, ¿mis amigos se enfocan en ellos mismos, o en los demás?). Establezca metas para ganar amistades con personas específicas, sobre todo en sus compañeros de "The Ridge".

4. Utilice la discusión de la **"Escala de Madurez"** para preguntarle al estudiante si elige a sus amigos basándose en su carácter (por ejemplo, ¿si sus amigos recibirían una puntuación alta en la "Escala de Madurez"?). ¿Considera el estudiante distintas maneras de ayudar a aquellos amigos que necesitan mejorar en una o en otra área? Por ejemplo, ¿sería bueno para alguno de sus amigos asistir a "The Ridge"?, de ser así, ¿por qué no lo invita?

5. Revise las notas del estudiante. Discuta las asignaturas en las que sacó buena nota (y por qué) y aquellas en las que no (y por qué). Escriba esas notas en la hoja de "Control personal del estudiante" y si el estudiante está sacando alguna mala nota en particular, se le puede animar a hablar con el maestro sobre eso (que el estudiante vea a los maestros como amigos, no como enemigos).
6. Llenar la **Hoja de mis metas mensuales**. Establezca metas para el próximo mes y asegúrese de que sean concretas y factibles.
7. Revisar la libreta donde se calificó el cumplimiento diario de sus metas.

Asignaciones:

1. Mostrar a su papá la Escala de Madurez y discutirla con él.
2. Utilizar la libreta para evaluar sus objetivos mensuales.

Llamada Semanal

1. Pregúntele ¿Cómo va la meta que hizo de la Escala de Madurez?
2. Pregúntele acerca del uso de su libreta para evaluar las metas mensuales.
3. Pregúntele cómo le va con las asignaciones y los exámenes escolares. Además, ¿cómo son sus esfuerzos por seguir su horario semanal?
4. Que traiga la hoja de las metas para mi vida que llenó en la primera mentoría.

Conversación con el padre

1. Mostrarle y discutir con él la Escala de Madurez.
2. Anime al papá a que hable de la Escala de Madurez con su hijo.

04 ¿Soy un líder?

Puntos principales de la clase

1. Aproveche todas las oportunidades que tenga para ejercer liderazgo. No evite ejercitar el liderazgo por miedo o por pereza.

2. Liderazgo, es pensar constantemente en cómo podemos ayudar a los demás y no encerrarnos en nosotros mismos.

Sesión de Mentoría

1. Revise los puntos principales de la clase y discuta con el estudiante cómo podría aplicarlos.

2. Identificar algunas funciones de liderazgo que el estudiante pueda hacer actualmente, por ejemplo, en la escuela, en actividades extracurriculares, en la casa.

3. Repase la hoja de las **Metas para mi vida** que llenó el estudiante en la primera sesión de mentoría y discuta qué tan diferente ve la vida ahora en comparación de cuando llenó la hoja.

4. Habla con el estudiante sobre cómo piensa mantener contacto con sus amigos de la escuela y de sus actividades extracurriculares.
5. Compete con el estudiante, si no lo han hecho, los planes del verano.
6. Revise las metas del mes anterior con el estudiante y converse con él sobre sus esfuerzos por ponerlas en práctica. Que el estudiante llene la **Hoja de mis metas mensuales.**

05 Cultura y buenos modales, complemento de la personalidad.

Puntos principales de la clase

- Leer es una aventura. Requiere trabajo, pero es una gran alegría. Debemos desarrollar un amor por la lectura; esto se hace leyendo mucho.
- Leer abre tu vida al mundo, a un mundo de experiencias, de áreas y lugares que no podrías recorrer por tu cuenta.
- La lectura ayuda a desarrollar habilidades esenciales necesarias para la vida: escritura y comunicación.
- La lectura es la actividad más importante para el propio desarrollo intelectual.

Sesión de Mentoría

1. Repase los puntos principales de la clase y discuta cómo podrían aplicarse a la vida del alumno. ¿Cuánto lee? ¿Qué lee?

2. Haga una lista de los libros leídos este año.

3. Revise la lista de lectura recomendada por The Ridge Program y anime al alumno a hacer una lista personal de lectura.

4. Proponga al estudiante la meta de ser un lector diario. Para la mayoría de los estudiantes, establezca un objetivo semanal y haga un seguimiento de las páginas leídas cada semana. Enséñele a descubrir los espacios de tiempo "vacíos" en el día para leer. (Pregunte si el alumno desea volver al horario semanal e inserte un momento cada semana para leer).

5. Revise las notas del estudiante. Discuta las áreas en las que le fue bien (y por qué) y aquellas en las que no lo hizo (y por qué).

6. Regrese a la **Hoja de Metas para mi Vida** y revise las "metas para este año". ¿Cómo le está yendo al estudiante con respecto a estas metas?

7. Revise las metas del mes anterior con el estudiante y converse con él sobre sus esfuerzos por ponerlas en práctica. Que el estudiante llene la **Hoja de mis metas mensuales.**

Objetivos sugeridos:

1. Dedicar cada día el tiempo previsto a la lectura.
2. Proponerse hacer 3 cosas que requiera buenos modales de los que más le llamaron la atención.
3. Que discuta su plan de lectura con su papá.

06 Actividades Extracurriculares y aprovechamiento del tiempo libre.

Puntos principales de la clase

Las actividades extracurriculares son muy útiles para desarrollar una personalidad equilibrada y un carácter fuerte. Dedica tiempo a pensar cuáles puedes hacer.

Sesión de mentoría

1. Revise los puntos principales de clase y actividad
2. Comente y complete con el estudiante la **Hoja de Actividades Extracurriculares.**
    a. Repase con el alumno cómo las actividades extracurriculares encajan en el horario semanal. Aproveche la ocasión para evaluar el progreso del estudiante al cumplir con el horario semanal.
    b. Aproveche para hablar sobre los amigos ¿Ha estado haciendo el alumno un esfuerzo por encontrar buenos amigos y ser un buen amigo? Las actividades extracurriculares brindan excelentes oportunidades para hacer buenas amistades.
3. Revise las metas del mes anterior con el estudiante y converse con él sobre sus esfuerzos por ponerlas en práctica. Que el estudiante llene la **Hoja de mis metas mensuales.**

Asignaciones:

1. Que comente con el papá la **Hoja de Actividades Extracurriculares.**

07 Una vida al servicio de los demás.

Puntos principales de la clase.

• Necesitamos pensar con frecuencia en cómo ayudar a los demás y no quedarnos atrapados en nuestro pequeño mundo.

• Podemos encontrar oportunidades para el servir a los demás en todas partes.

Mentoring Session

1. Repase los puntos principales de la clase y discuta cómo podrían aplicarse a la vida del alumno.

2. Complete con el alumno el **Test de servicio del estudiante** y discuta formas de mejorar en espíritu de servicio.

3. Asegúrese de hablar sobre el servicio en lo que que se relaciona específicamente con sus amigos. ¿El alumno hace favores a sus amigos (por ejemplo, cuántos ha hecho en el último mes)? ¿Piensa en lo que necesita un amigo y luego ayuda a ese amigo a obtener lo que necesita? ¿Ha hecho nuevos amigos este año (que es una forma de servicio)? ¿Dirige a sus amigos a hacer cosas buenas?

4. Trabaje con el estudiante la hoja **Actividades sugeridas para el verano, 9no grado** y la intente llenar la **Metas del verano.**

5. Revise las metas del mes anterior con el estudiante y converse con él sobre sus esfuerzos por ponerlas en práctica. Que el estudiante llene la **Hoja de mis metas mensuales.**

6. Completa la **Hoja de Resumé Personal.**

Asignaciones:

1. Que el estudiante termine de preparar sus planes para el verano y los comente con su papá.

ANEXOS

Hoja de mis metas mensuales

1. ¿Qué aprendí de la clase pasada del curso The Ridge?

   A. _____
   _____

   B. _____
   _____

   C. _____
   _____

2. Escribe 3 metas para este mes.

   A. _____
   _____

   B. _____
   _____

   C. _____
   _____

Las metas de mi vida

1. ¿Cuáles son mis metas en la vida?

2. ¿Cuáles son mis metas para High School?

3. ¿Cuáles son mis metas para este año?

Consejos para brillar en High School

Es necesario que repases frecuentemente las siguientes ideas sobre la escuela superior. Te sugerimos que las leas y comentes con tus papás.

Desarrollo de la Vida Escolar

- La escuela superior es (o debería de ser) una preparación para la vida. Los años de la escuela superior no son "el mejor momento de tu vida"; en cierto modo, es el más confuso y problemático. En otras palabras, tendrás momentos mucho mejores en un futuro. Con la actitud correcta, en el futuro, todas las "etapas de tu vida" serán agradables y satisfactorias. La escuela superior es el comienzo de la aventura de tu vida como adulto.

- Debes estudiar para aprender, para fortalecer tu juicio, no sólo para salir bien en los exámenes. Es muy probable que se te olvide parte del "material", pero lo importante es que la educación es lo que te queda después de haber olvidado el material. Lo que realmente cuenta es lo que pasa dentro de tu mente, de tu voluntad y de tu corazón. Toda tu experiencia educativa en la escuela superior y en la universidad, deberían conducirte a crecer en las áreas importantes: la capacidad de discernimiento, la comprensión de la historia y los acontecimientos actuales, la capacidad de concentración, la capacidad de manejar tu tiempo (es decir, el autocontrol) , capacidad de hacer distinciones y de resolver problemas de manera continua, la capacidad de tratar bien a personas de diferentes personalidades y orígenes, la

capacidad de asumir la responsabilidad de la calidad profesional de tu trabajo.

- Debes ejercitarte para estar en buena forma física y adquirir el hábito de hacer ejercicio. Si tienes buena forma física ahora que estás entre los 13 y los 15 años, es probable que permanezcas así durante los próximos 30 años.

- Conoce a tus maestros y demuéstrales que tienes un buen carácter, que sabes controlarlo y estás dispuesto a hacerlo crecer. Dentro de pocos años, algunos de ellos podrían escribirte cartas de recomendación que en ocasiones son necesarias para las admisiones universitarias o para los trabajos. Sólo lo van a hacer si te conocen y te estiman (Sólo los estudiantes inmaduros ven a sus maestros como adversarios.)

- Aprende a escribir con claridad y de manera convincente. Escucha los consejos de tus maestros acerca de tu redacción y toma este consejo muy en serio. Piensa que cada ensayo tuyo es una carta, algo personal, para algún amigo; este enfoque puede hacer que tu escritura sea más comprensible y también más interesante. Lee siempre tu trabajo en voz alta para ti mismo antes de entregarlo; de esta manera, es más fácil detectar los errores. En otras palabras, utiliza los años de escuela superior para mejorar tu redacción. No esperes hasta tu primer trabajo para aprender esto; podría perjudicar tu profesión, y por consecuencia la capacidad de mantener a tu familia.

- Cuando llegue el momento de asignaturas electivas (si tu Colegio tiene esta opción), elije en función del maestro, no sólo del contenido del curso. Es decir, averigua quienes son los mejores maestros para inscribirte en sus cursos (este consejo también sirve para la universidad). Los mejores maestros desafían intelectual y personalmente a sus alumnos. Sus cursos, generalmente, son interesantes (una diferencia importante está en que los cursos son interesantes, no necesariamente entretenidos). Por otra parte, tus cursos te pueden abrir nuevos caminos hacia una carrera. Muchos buenos profesionales, eligieron durante sus estudios, a buenos profesores.

- Al comenzar la escuela superior, coge uno o más “exámenes de aptitud profesional" para tener alguna dirección hacia tu futura carrera profesional. ¿Por qué vas a esperar hasta la universidad para empezar a pensar en esto? Además, trata de conocer y hablar con distintas personas (por ejemplo, los amigos de tus papás y tus profesores) que trabajen en algún área que te llame la atención. Reúnete y habla con ellos. Para que gente de tu edad hable con adultos se necesita tener valor y aplomo, pero ese ejercicio es muy bueno para adquirir la capacidad de tratar a la gente adulta. Los adultos generalmente se impresionan con los estudiantes de escuela superior que muestran tal iniciativa y madurez, y por lo general les ayudan y les dan buenos consejos. ¿Quién sabe? Incluso podría ser que de esta manera puedas conseguir un buen trabajo de verano.

- Planea estudiar una lengua extranjera moderna, hasta el punto en que la domines casi con fluidez. Además de ampliar tu formación cultural, tendrás un "extra" que le añadirá valor a tu vida profesional. Estados Unidos hace negocios a nivel internacional, por lo que tu capacidad de aprender un idioma extranjero te dará una ventaja competitiva añadida.

- Únete a una o más actividades extracurriculares, y aspira a asumir el liderazgo. Si te es posible, inicia tu propia asociación, por ejemplo, algo necesario en tu comunidad escolar. Comienza con algo pequeño, trabaja con un equipo de amigos que tengan ideas afines, que tengan espíritu de servicio. Esta forma de actuar es una práctica excelente para tu posterior trabajo profesional.

- Si no eres muy hábil en los deportes de equipo, prueba uno de los deportes individuales o de los menos populares entre la gente de tu edad: por ejemplo, golf, tenis, esquí, squash, gimnasia, etc. Algunos de estos los puedes practicar toda tu vida. Y debes tener en cuenta que las universidades competitivas necesitan jugadores con experiencia para estos deportes; tu nivel de dominio podría ayudarte a entrar en la universidad que deseas, o incluso aumentar tus posibilidades de conseguir becas. Las universidades competitivas no quieren a un estudiante completamente formado, buscan completar su formación, por eso, cuando van a admitir a un estudiante, evalúan sus capacidades, además de ser buen estudiante, se fijan si tiene alguna habilidad especial. Por lo tanto, te recomendamos que planifiques tomando esto en cuenta

- Es importante que desarrolles el hábito de la lectura. Pide a personas que te estimen que te recomienden buenos libros. La buena lectura da profundidad a tu juicio sobre las personas y los acontecimientos. No leas lectura "basura".

- Puedes estudiar de manera más eficiente, y en menos tiempo si:

a) Estudias para aprender y no sólo tratas de memorizar "datos".

b) Estudia de forma continua en un lugar bien equipado (por ejemplo, con el diccionario, el suministro de papel de doble uso, luz adecuada, una buena silla y mesa / escritorio, calendario y libreta de tareas como en la vida profesional, los archivos para almacenar los documentos importantes, etc.)

- Cuando se te asignen trabajos escritos, esfuérzate por cuidar la originalidad. Piensa en pequeño, es decir, trata de encontrar un tema que de algo lo suficientemente amplio como para investigar con facilidad, pero que sea manejable y atractivo de leer. Esfuérzate por hacer un trabajo interesante para la clase, tu maestro te lo agradecerá, porque la lectura de un montón de trabajos de temas "genéricos", es sumamente tedioso. Después de que te devuelvan el trabajo, guárdalo en tus archivos. Dentro de unos años, es posible que quieras una recomendación de este maestro, y le puede ayudar a recordar quién eres al enseñarle el trabajo. (Quién sabe si puedes incluso ampliar esa investigación para un trabajo posterior en la universidad o en un curso similar. Si ya tienes un tema interesante, ¿por qué trabajar en otra cosa y partir de cero?)

- Debes buscar trabajo de verano desde febrero o marzo. Incluso si los lugares a donde vas a buscar trabajo, no tienen nada disponible, por lo menos, van a recordar que mostraste iniciativa y planificaste a largo plazo, como todo un adulto. Vuelve a llamarlos de vez en cuando, para mostrar que tienes un interés genuino (los jefes saben que si un solicitante de trabajo muestra interés y es persistente, probablemente será también un buen trabajador). Si esperas hasta mayo para solicitar trabajo para el verano, estarás compitiendo contra tus compañeros que probablemente se adelantaron.

- Trata de dedicar tiempo, al menos en el verano, trabajando con los más desfavorecidos, para ayudarlos en sus necesidades. Aparte del bien que puedes hacer (que es importante), aprenderás a conocerte mejor y descubrirás tu capacidad para hacer el bien a otras personas. Rechazarás la tentación entre las personas en edad de escuela superior, que exageran sus problemas, y sienten lástima de sí mismos.

- Si estás interesado en algunas universidades específicas, visita sus sitios web. Estúdialos, para saber qué cosas necesitarás para solicitar dentro de unos años: libros leídos por tu cuenta, trabajos que has tenido, recomendaciones necesarias, qué tipo de ensayo tendrás que escribir. En las universidades, rara vez cambian sus aplicaciones de año en año, ahora te puedes preparar para convertirte en el tipo de solicitante que buscan muchas universidades. La planificación a largo plazo es una de las claves del éxito en la vida. Hay que acostumbrarse a ella y empezar a moverse ahora. Es tu futuro.

Desarrollo personal

- Todo el desarrollo, desde la infancia hasta la madurez, consiste en dejar de pensar en ti mismo para pensar en los demás. Un niño es egocéntrico; un adulto maduro se centra en el prójimo. Un estudiante de escuela superior, debe ser como un adulto maduro, la madurez, lo debe llevar a preocuparse por los demás.

- El desarrollo de un adulto, se logra por medio del crecimiento en las fortalezas del carácter. Las virtudes de la fe, la esperanza, la caridad, el buen juicio (incluyendo la conciencia), la responsabilidad, la tenacidad, la perseverancia personal y el autodominio. Si te han educado bien desde la infancia (que muy probablemente así ha sido), entonces, tus padres te han enseñado la importancia de estas fortalezas. Al entrar en la edad adulta, tu reto es seguir creciendo en estas fortalezas por ti mismo, de forma intencional y por tus propios esfuerzos. Esto se logra con la práctica repetitiva de las cosas, buscando luego un buen consejo de algún amigo y confiando en la ayuda de Dios. Lo ideal es que, dentro de unos años, te hayas convertido en un hombre competente, responsable, atento, generoso y que estés comprometido en vivir los principios cristianos. Después, les puedes transmitir estos puntos fuertes y los valores a tus propios hijos.

- Respeta a tus padres. Esto se hace mediante la internalización de los valores que ellos te enseñan, practícalos toda la vida, y transmíteselos intactos a tus hijos. Aprende de tus padres. Toma en serio sus consejos experimentados; sólo un tonto no aprende de las

experiencias ajenas. A veces se requiere más sabiduría para aceptar un buen consejo que para darlo.

- Prepárate para ser un buen esposo y padre. Si Dios te ha llamado para el matrimonio (y es probable que así sea), tus responsabilidades familiares serán tu mayor desafío y su cumplimiento será tu mayor fuente de felicidad, aquí en la tierra y para siempre.

- El placer no produce la felicidad, ni la diversión, ni la fama, ni el dinero. La felicidad en la vida proviene de varias fuentes:
    1. Tener una conciencia tranquila.
    2. El fiel cumplimiento de tu vocación (tanto en la familia como en la profesión).
    3. El pleno uso de tus capacidades para lograr la excelencia.
    4. Estar al servicio de los demás.
    5. Tener buenas relaciones con todos los conocidos.
    6. Ver crecer a tus hijos y convertirse en grandes hombres y/o mujeres.

- Ser respetado es mucho más importante que ser "popular". El respeto de la gente viene por la percepción de que uno es recto. La rectitud en las cosas, en ideas opinables, depende de la responsabilidad, la tenacidad y el autodominio. Alguien con estas características es feliz, se siente seguro de sí mismo, y por lo tanto inspira confianza en los demás. Es un líder en su hogar, en su trabajo y en la sociedad.

- Las personas respetarán tu integridad. Esto significa que ellos vean en ti una unidad de intenciones, de palabras y de acciones. Es decir, que dices siempre lo que quieres decir, y mantienes tu palabra. No hagas promesas a la ligera; pero si las haces, debes cumplir tu palabra. Si tu honor no significa mucho para ti, entonces tu honor tampoco significará mucho para los demás.

- No tengas miedo de pedir perdón. Esto significa que debes ser lo suficientemente fuerte como para poner la justicia por encima de tu “yo”. No tengas miedo de aceptar errores: esto significa colocar la verdad por delante del orgullo. Los errores pueden ser valiosos si aprendemos de ellos. No mires hacia atrás en el pasado, excepto para aprender de él.

- No debes tener rencores. Olvídate de los agravios del pasado. Dios y las personas cercanas a ti, te han perdonado mucho más. Aparte de ser una falta moral, el rencor lleva a una pérdida de tiempo y de energía mental. Vive tu vida.

- "Madurez" es una palabra unida a la responsabilidad. Los adultos maduros son responsables. Ellos saben lo que significa la responsabilidad de verdad. Si yo no hago lo que debo hacer, algún otro se perjudicará; mis negligencias o mis errores llevan a que otra persona tenga que sufrirlos. Las personas no crecen cuando sólo están pendientes de sí mismos; cuando realmente crecen, es cuando están pendientes de los demás.

- Un signo de madurez es tener el hábito de una verdadera consideración por la dignidad y los derechos de los demás. Esto significa, entre otras cosas, tener un hábito de usar las "cuatro grandes palabras" de la vida civilizada: “por favor”, “gracias”, “lo siento”, y “dar la palabra”.

- Debes dejar de pensar que probablemente tus padres siempre desconfían de ti. Sí confían en tu honestidad, pero no siempre confían en tu juicio. El buen juicio se adquiere con la experiencia, y tú todavía la estás adquiriendo. Cuando tus padres vean que tu juicio es maduro, entonces van a confiar totalmente en ti.

- Lo que se llama "obediencia" en la infancia y en la juventud, se llama "colaboración" o "cooperación" entre los adultos. Los adultos responden por sus acciones ante Dios y ante las responsabilidades familiares; las empresas responden a sus clientes y los clientes responden a la ley. La "obediencia" que se vive ahora en la vida familiar es realmente la preparación para trabajar en equipo durante todo el resto de tu vida. También se te prepara para el liderazgo, porque nadie puede mandar con eficacia si primero no ha aprendido a obedecer inteligentemente. Cuando veas la obediencia/colaboración de esta manera, te vas a ir preparando para ejercer un liderazgo efectivo en el futuro en tu vida familiar y profesional.

Hoja de Uso del Tiempo

1. ¿Cuántas horas diarias en promedio estudiaste el año pasado?

2. ¿Cuántas horas planeas estudiar para este año?

3. ¿Cuántas horas a la semana dedicas actualmente a:
   - TV / Internet / Videojuegos / Teléfono / Música
   - A la familia
   - A los amigos
   - A actividades extracurriculares

4. ¿Cuántas horas duermes cada noche?

5. ¿Cuántas horas por noche quieres dormir durante este año?

6. ¿Cuáles son tus aficiones (hobbies)?

_____

_____

_____

7. Durante el último año:

- ¿Qué libros has leído?

  _____

  _____

  _____

- ¿Qué grupos musicales te gustan más?

  _____

  _____

  _____

- ¿Cuántas películas has visto?

  _____

- Escribe el título de tres de las que más te gustaron:

  _____

  _____

  _____

•Escribe el título de tres de las que las que no te gustaron:

_____

_____

_____

8. ¿Qué actividades extracurriculares planeas hacer este año?

_____

_____

_____

Cuestionario de Hábitos de Estudio

El propósito de este cuestionario es ayudarte a obtener información sobre cómo estudias. Al examinar los resultados, descubrirás cuáles son tus áreas más fuertes o exitosas y tus áreas más débiles. Los resultados sólo serán útiles si eres honesto y respondes lo más exactamente posible. Si una de las siguientes afirmaciones numeradas es cierta (describe correctamente algo que te sucede), haz un círculo alrededor de la letra "S" (SI). Si una afirmación es falsa (no te sucede lo que dice la afirmación), haz un círculo alrededor de la letra "N" (NO).

Asegúrate de contestar con "S" o "N" todas las afirmaciones. Contesta cuidadosamente, para que puedas obtener información precisa.

1. Tengo problemas para terminar los exámenes a tiempo.	S	N
2. Separo un tiempo para estudiar todos los días	S	N
3. Antes de ponerme a estudiar, trato de recordar el material de cada tema.	S	N
4. Tengo poco éxito cuando me propongo seguir un plan de estudios.	S	N
5. Si una asignación es difícil, me rindo y dejo sin terminarla.	S	N
6. Tengo dificultad para determinar cuáles son los puntos importantes de mis clases	S	N
7. Antes de empezar cada clase, reviso los apuntes que tomé en la clase anterior.	S	N
8. Pierdo tiempo por no organizarme antes de estudiar.	S	N
9. Me enfoco totalmente en mi trabajo –sin distracciones—	S	N

cuando estudio.		
10. Después de estudiar un tema, me esfuerzo en hacer un resumen.	S	N
11. Tomo apuntes durante las clases.	S	N
12. Me da sueño cuando estudio.	S	N
13. Reviso los apuntes que he tomado, para añadir palabras o ideas que he omitido.	S	N
14. Soy muy desorganizado para tomar notas de lo que dice el profesor en clases	S	N
15. Disfruto aprendiendo.	S	N
16. Antes de comenzar una asignación, estimo cuánto tiempo va a tomarme hacerla y luego trato de hacerla en menos tiempo.	S	N
17. Antes de contestar una pregunta de discusión, organizo lo que voy a escribir.	S	N
18. Tengo dificultad para concentrarme cuando estudio.	S	N
19. Usando los apuntes tomados en clases y el libro de texto, puedo predecir por lo menos el 50 o el 60 por ciento de las preguntas que saldrán en el examen.	S	N
20. Podría sacar mejores calificaciones (notas).	S	N
21. Diariamente le doy gran prioridad a estudiar.	S	N
22. Trato de anotar todo lo que el profesor dice en la clase.	S	N
23. Saco tiempo todas las semanas para repasar el material de cada asignatura.	S	N

24. Cuando voy a hacer alguna asignación, repaso antes el material de esa clase.	S	N
25. Prefiero acabar un examen rápidamente que hacer un buen examen.	S	N
26. Usualmente pierdo puntos en mis exámenes por descuidos y errores.	S	N
27. Usualmente busco un lugar tranquilo para estudiar.	S	N
28. Antes de irme de una clase me aseguro de que sé cuál es la asignación y cómo debo hacerla.	S	N
29. Me cuesta trabajo interesarme en algunas de las asignaturas.	S	N
30. Para mí es importante tener buenas calificaciones (notas).	S	N
31. Compruebo cuánto estoy aprendiendo después de estudiar cada sección de un capítulo.	S	N
32. Sé cuál es el mejor momento de mi día para estudiar.	S	N
33. Sólo estudio cuando tengo ganas.	S	N
34. Leo las preguntas que están al final de cada capítulo antes de empezar a estudiar.	S	N
35. Frecuentemente tengo problemas para encontrar tiempo suficiente para estudiar.	S	N
36. Se me olvida rápidamente el material que he estudiado.	S	N
37. Retraso fácilmente el estudio.	S	N

38. Para comprender mejor un tema, leo primero los títulos y el resumen.	S	N
39. Me preocupa sacar mala nota en los exámenes.	S	N
40. Repaso los apuntes de mi libreta hasta la noche antes del examen.	S	N
41. Trato de escuchar cuidadosamente al profesor en vez de tomar apuntes.	S	N
42. Dedico tiempo a repasar cada capítulo tan pronto acabo de estudiarlo.	S	N
43. Me concentro totalmente cuando estudio.	S	N
44. Antes de comenzar a contestar un examen, planifico cuánto tiempo le voy a dedicar a cada sección del examen.	S	N
45. Dedico mucho tiempo a algunas asignaturas y descuido otras.	S	N
46. Miro las ilustraciones, gráficas y tablas cuando leo un capítulo.	S	N
47. Se me dificulta saber qué material es verdaderamente importante en un capítulo.	S	N
48. Si me sobra tiempo al acabar un examen, lo reviso para corregir posibles errores.	S	N
49. Escucho atentamente las explicaciones que da el profesor.	S	N
50. Mis fantasías y distracciones interfieren con mi estudio.	S	N

CLAVE DEL CUESTIONARIO

INSTRUCCIONES PARA AUTO-EVALUARTE

Paso 1 Las siguientes son las respuestas sugeridas para el cuestionario. Haz un círculo alrededor de cada respuesta que **NO COINCIDA** con la tuya.

1. N	11. S	21. S	31. S	41. N
2. S	12. N	22. N	32. S	42. S
3.S	13. S	23. S	33. N	43. S
4. N	14. N	24. S	34. S	44. S
5. N	15. S	25. N	35. N	45. N
6. N	16. S	26. N	36. N	46. S
7. S	17. S	27. S	37. N	47. N
8. N	18. N	28. S	38. S	48. S
9. S	19. S	29. N	39. S	49. S
10. S	20. S	30. S	40. N	50. N

Paso 2: Los números en la siguiente tabla corresponden a las preguntas que has contestado. Usando la clave que aparece arriba, marca en la

siguiente tabla aquellas respuestas que circulaste porque no coincidían con tu respuesta.

Concentración	9	12	16	18	27	33	50	
Memorización	23	24	29	36	38	40	49	
Organización del tiempo	2	4	8	21	32	35	45	
Estudiar un capítulo	3	10	31	34	42	46	47	
Escuchar y tomar apuntes	6	7	11	13	14	22	41	
Tomar exámenes	1	17	19	26	39	44	48	
Motivación	5	15	20	25	28	30	37	43

Paso 3: Si has circulado cuatro o más números en una de las categorías, significa que se trata de una de tus áreas débiles. Si has circulado tres o menos de los números en una de las categorías, significa que se trata de una de tus áreas fuertes. Anota a continuación tus dos áreas más fuertes y tus dos áreas más débiles. Así podrás identificar aquellos puntos en que necesitas trabajar más para mejorar tus hábitos de estudio.

Mis principales áreas fuertes o exitosas	*Mis principales áreas de debilidad*
1.	1.
2.	2.

Hábitos del estudio efectivo.

1) Programa tu estudio con anticipación:

a) Debes saber con anticipación todo el trabajo que tienes que hacer para poder calcular el tiempo requerido para estudiar.

b) Debes saber que hay muchas cosas que compiten con el estudio, por eso es bueno fijar todos los días un tiempo mínimo para estudiar.

c) Sigue tu horario al pie de la letra. Comienza y termina puntualmente.

d) Revisa tu horario cada vez que sea necesario. Debes ser flexible (por ej. una semana, puede que tenga que dedicar más tiempo al estudio de una clase debido a que tiene examen).

2) Estudia en el mejor momento:

a) Es mejor primero estudiar y luego dedicarse a hacer otras cosas (por ej. leer, estar con los amigos, visitar un museo, escuchar música, etc.).

b) Normalmente el momento más difícil para estudiar son los primeros 20 minutos.

c) Es recomendable que primero hagas la asignación más difícil. Normalmente la gente es más eficaz al principio, cuando está fresca.

3) Lugar para estudiar:

a) Estudia sobre un escritorio, si puedes, usa una silla con descansabrazos y que el lugar esté bien iluminado.

b) Para evitar distracciones, debes tener en tu escritorio todo lo necesario antes de sentarse a estudiar, por ejemplo:

- Prepara dos bolígrafos (uno en uso y otro de seguridad). Para matemáticas y clases similares, un lápiz con una buena goma de borrar.
- Ten suficiente papel para escribir a la mano. No escatimes en usar mucho papel.
- Ten fichas o papel en blanco para hacer pequeñas anotaciones sobre lo estudiado.

c) Mantén ordenado tu escritorio, donde puedas encontrar las cosas fácilmente. En el escritorio sólo debes tener lo necesario para poderte concentrar.

d) Estudia donde haya silencio. Evita hacer varias cosas a la vez: no Smartphone, no música, etc.

4) Debes permanecer sentado: Evita descansar frecuentemente.

a) Trabaja durante 50 ó 60 min luego descansa 10 min y vuelve a estudiar. Evita hacer pausas innecesarias como para bañarse, comer o tomar algo, etc.

b) No debes tener el celular cerca, que te dejen los mensajes para que luego les devuelvas las llamadas (este procedimiento es muy común en la vida profesional).

5) Termina todo tu trabajo

a) No dejes ni una pequeña parte del trabajo para después.

b) Estudia para el examen hasta que domines todo el material.

Horario semanal

Hora	*Lunes*	*Martes*	*Miércoles*	*Jueves*	*Viernes*	*Sábado*	*Domingo*

Hoja de actividades extracurriculares.

1. Circula debajo las actividades extracurriculares que actualmente haces. Marca con una línea aquellas en las que ya hayas participado o planeas participar. Luego escribe las actividades extracurriculares que sean de tu interés, pero que no estén incluidas en la lista.

Intelectual	Cultural	Religiosa	Deportiva	Personal/Social	Servicio
Club de lectura	Coro	Enseñar catecismo	Cross Country	Modelo ONU	Visitar ancianos
Club de matemáticas	Banda	Asistir a clases de doctrina Cristiana / piedad	Soccer	Debate / Oratoria	Construir casas para personas sin hogar
Ajedrez	Pintura		Fútbol Americano	Consejo estudiantil	Ir de compras
Revista Literaria	Teatro		Básquetbol	Periódico del Colegio	Dar de comer a personas pobres
	Instrumento musical		Natación	Anuario	
			Lucha		
			Pista y campo		
			Volleybol		

2. Escribe una lista de las actividades extracurriculares que deseas realizar este año. En el espacio proporcionado a la derecha, señala en qué meses puedes hacer esas actividades.

Actividades Extracurriculares	**Oct**	**Nov**	**Dec**	**Jan**	**Feb**	**Mar**	**Apr**	**May**

3. Indica cuál de las siguientes afirmaciones te pueden servir para elegir actividades extracurriculares:

□ Ya tienes interés por una actividad extracurricular concreta pero quieres desarrollarla aún más.

□ Quieres desarrollar una destreza en un área en la que actualmente no la tienes (p ej, visitar a los ancianos, hablar en público).

□ Quieres desarrollar una habilidad que te sea útil en un futuro.

□ Quieres desarrollar una habilidad que más tarde puedas enseñarles a tus hijos.

4. Piensas que esta actividad extracurricular que es “The Ridge” te ayudará a desarrollar una personalidad equilibrada y un carácter fuerte.

5. ¿Piensas asumir una posición de liderazgo en algún momento en alguna de tus actividades extracurriculares?

Lista de Libros recomendados

LITERATURA

Harrry Potter and the Sorcerer's Stone (J. K. Rowling)

Chronicles of Narnia (II): The Lion, the Witch and the Wardrobe (C. S. Lewis)

The Maze Runner (J. Dashner)

The Boy in the Striped Pajamas (J. Boyne)

El gremio secreto de los libros (R. Sonntag)

Marcus (M. Giesler)

The Famous Five (I): Five on a Treasure Island (E. Blyton)

The Lord of the Rings (J. R. R. Tolkien)

PENSAMIENTO

A Little History of the World (E. Gombrich)

Momentos estelares de la humanidad (S. Zweig)

1776 (J. Ellis)

Filosofía Mínima (J. R. Ayllón)

Cómo hacer amigos (D. Carnegie)

ESPIRITUALIDAD

Evangelio (S. Mateo)

Soy amigo de Jesucristo (A. Pérez Villahoz)

Moral: El Arte de Vivir (J. L. Lorda)

En la tierra como en el cielo (Á. Sánchez León)

ESCALA DE MADUREZ

.

	Niño (Inmaduro)	Adulto (Maduro)
1.	Débil, egocentrista: "¿Qué puedes hacer por mí?"	Fuerte, centrado en los demás: "¿Qué puedo hacer por ti"
2.	Quiere ser apreciado	Quiere ser respetado
3.	Impulsivo, orientado a la diversión	Auto control, orientado al logro
4.	Pasivo (dirigido por otros)	Activo (dirigido por metas e ideales)
5.	Poca capacidad de atención, nervioso	Capaz de concentrarse, dueño de sí mismo
6.	Suave, evade los desafíos (problemas)	Duro, acepta los desafíos
7.	Pocos intereses, se aburre fácilmente	Muchos intereses, rara vez se aburre
8.	Se aburre con lecturas y actividades de un adulto	Se aburre con las lecturas y con las actividades de un niño
9.	Preocupado sólo por el presente y el futuro inmediato	Interesado en el pasado (causas) y en el futuro lejano (consecuencias)
10.	Su visión está restringida por los	Su visión engloba tierras, culturas,

	alrededores inmediatos	personas, asuntos lejanos
11.	Incómodo, con ridiculeces cuando no entiende algo inmediatamente	Curioso sobre las cosas que no entiende inmediatamente, le gusta averiguar las cosas.
12.	Intereses mayormente físicos (deportes, juegos de manos…)	Intereses físicos y no físicos (deportes, lectura, problemas, ideas, gente)
13.	Poco respeto y malos tratos hacia los demás	Tiene buenos modales hacia los demás
14.	Su ética se basa en el miedo, el castigo	Su ética se basa en la conciencia bien formada
15.	Vestir de manera indiscriminada	Se viste como una demostración exterior del propio respeto

Pequeño Nerón

Nero está considerado por todos como un atleta nato. Desde la escuela primaria, siempre era el más rápido de su clase. Era **pointguard** titular para el equipo de baloncesto y el **quarterback** titular en el equipo de futbol americano. Sin mucho esfuerzo, tenía un buen **jumpo shot** y era un buen **dribbler**. En el futbol, como naturalmente era más grande y más rápido que los otros niños, pasaba a los otros con facilidad para llegar al **touchdown**. Faltaba a las practicas con frecuencia porque no les gustaba, pero el entrenador no lo penalizaba porque sabía que Nero era el mejor. Nero jugaba en cada minuto de cada juego, aunque fuera a las practicas o no.

Debido a sus talentos atléticos, Nero también era popular en el colegio. Las niñas estaban atraídas a el porque, de todos los hombres, era el más grande y el más fuerte. No le gustaba estudiar entonces no lo hacía. Aunque solo estaba en el octavo grado, ya tenía aspiraciones de ser un atleta profesional. En su casa, sus papas lo alababan constantemente diciéndole que va a ser el próximo Eli Manning.

Desde que Nero llego a la escuela secundaria, las cosas han cambiado. Está en el equipo de futbol, pero ya no juega tanto en los juegos. No le gusta el Coach Murray. Coach tiene una regla; "si no practicas, no juegas". Siempre le dice a Nero que tiene que poner más esfuerzo y que necesita hacer mas ejercicio. Nero siente que el Coach es demasiado estricto y que tiene demasiadas reglas. Ha aumentado un poco de peso. Cuando come, usualmente come tres o hasta cuatro platos, y come hasta que no pueda más. Durante el dia, normalmente está comiendo dulces como Twinkies y Snickers. Su mama también mantiene la nevera llena de refrescos para que pueda tomarlos cuando quiera.

Desde que su reputación como buen atleta se ha disminuido gradualmente, su popularidad en el colegio también ha desaparecido. En el almuerzo, Nero come con los mismos tres chicos y sus conversaciones se tratan mayormente de sí mismo y sus propios intereses; interrumpe a los otros para robarse la atención. Pero sus amigos se sienten más importantes en un grupo grande entonces toleran a Nero. Como siempre está pensando en comida, gasta su dinero de bolsillo en **snacks** y pide dinero prestado de otros en el colegio. Sus compañeros de clase frecuentemente ven a Nero perder la paciencia con inconvenientes pequeños como esperando en la fila en la cafetería o cuando una profesora le pide que recoja su almuerzo. Es común escucharlo decir palabras como **sh**** y el **"f bomb".** En vez de parecerse **cool** en los ojos de los otros, esto hace que se desinteresen en él."

Cuando llega a su casa del colegio, su mama le tiene un snack rico preparado. Despues de su snack, normalmente se va a la sala a ver televisión o jugar videojuegos. Se relaja, se quita la camisa y se toma su tarde con calma. No tiene ningunos hermanos o hermanas, entonces no se tiene que proecupar de compartir su Xbox a discutir con nadie sobre que canales quiere ver. Últimamente su papa lo ha invitado a jugar futbol o baloncesto un rato, pero Nero le responde con "Ahora no papá, estoy ocupado".

En la noche, Nero a veces hace tareas por un rato mientras que escucha música, pero después decide chequear su email en la computadora en su cuarto. Después de chequear su email, decide pasar el rato navegando la web. Aunque no tiene la intención de, se encuentra en breves mirando a imágenes indecentes de mujeres en una página cruda. Casi sin darse cuenta, esto se ha vuelto su horario de la noche. Como resultado, le cuesta mirar a las mujeres en el colegio y en la calle sin pensar pensamientos impuros sobre ellas.

Nero todavía sueña con ser un atleta profesional. Le culpa su falta de tiempo en los juegos y su falta de éxito a su nuevo coach que "no sabe lo que hace". El está seguro de que cuando juegue con el equipo de **JV futbol**, tendrá el tiempo en la cancha que verdaderamente se merece. Los papas de Nero han notado un cambio en su hijo y han decidido apoyarlo más en sus deportes. Al fin y al cabo, Nero es el próximo Joe Montanta.

Prefuntas:

1. ¿Cuál es el vicio predominante con varios nombres y su virtud correspondiente?

2. ¿Cuales son otros vicios o virtudes relacionados a esta situación?

3. ¿Cuales son ejemplos específicos de los vicios de Nero?

4. ¿Cuales específicas faltas de Fortaleza y justicia resultan de su falla predominante?

5. ¿Cuales factores en la vida de Nero contribuyen a él actuando de esta manera?"

6. ¿Cuáles son las consecuencias posibles al largo plazo de Nero si no logra dominar su falta predominante?

Suggested Summer Activities for Freshmen

Volunteer (Leadership & Responsibility)

Volunteer as a camp counselor

- Volunteering at a summer camp is a great way to have fun and develop your leadership skills at the same time. Choose a camp that will give you real responsibilities, teach you how to lead others, and help you to develop your organizational and managerial skills, all of which are highly valued by colleges and future employees. Ex: YSI Leadership Camp.

Give back to the community: visit hospitals, nursing homes, food banks, etc.

- Search for an institution that will give you meaningful responsibilities that require time management and diligent work.
- Volunteering at a social service helps you to develop an understanding and appreciation for the dignity of the human person; it also demonstrates to colleges that you are dedicated to a cause greater than your own.
- Your mentor from The Grade is familiar with many local service opportunities and can help you to arrange a visit to the poor.

Explore Career Interests

Volunteer at an office or worksite:

- Select the career field in which you are most interested (medicine, architecture, law-enforcement, etc.) and ask a professional if his office could use an extra hand this summer.
- Volunteering a few days a week allows you to enjoy summer while also gaining valuable and impressive experience.
- Your mentor from The Grade may be able to help you to get in touch with many local professionals in your field of interest.

Develop Personal Talents / Interests

Pursue an artistic talent:

- Use the summer to develop a hobby that you did not have the time to explore during the school year. Learning how to be creative during one's teenage years is most helpful in helping him to be creative later in life.
- Grab some friends and try out painting or drawing, etc.
- Consider taking lessons or committing to a daily time for practicing.
- Pick up an instrument and look to YouTube for free lessons from other amateurs.

Read several good books

- Some students develop distaste for reading because of certain reading assignments in school. Reading one good book often helps to break such habits of literary avoidance.
- Choose a book from The Grade's suggested reading list and read the first chapter. If you don't like it, try another book until you find one that is interesting.
- Reading and writing are the most efficient methods of improving vocabulary, reading comprehension, writing, and scoring on exams.

- More importantly, reading and writing helps you to use your imagination.

Take a class in an area that you really enjoy:

- Check out the websites of your local recreation center or community college for classes in areas that you enjoy (film, photography etc.). Courses at such institutions are typically more affordable than they would be at universities and educational companies.
- Consider a language course. As freshmen in high school, one is still very capable of efficiently learning a language. Learning an additional language can be useful in almost every profession.
- Learn how to type correctly and quickly. Correct typing technique is often neglected; such neglect can cause many injuries (Ex: Carpal Tunnel Syndrome).

Travel:

- Consider an exchange program with a student from another country in order to learn a new language and culture. Your school, or your mentor from The Grade can be a helpful resource in finding a family that fits you well.
- Give back to the community and travel by attending international service projects. Your mentor from The Grade can help you to apply to various international service projects through Youth Service International [YSI].
- Take a road trip with your parents and visit universities of interest. Bring a friend.

Play sports

- Sign up for a sports camp or summer league to hone your skills, keep fit, and meet new people.

Leadership/teamwork: organize a club with your friends

- Get a few friends to read your favorite book. Then, grab some snacks and talk about the story and the characters, and what you think should have happened at various points in the plot.
- As the club organizer, you will develop *organizational* skills (arranging the time, location, etc), and *leadership* skills as the coordinator (motivating others to come, selecting the books, keeping the discussions lively). These are valuable skills.
- Forming your own opinion about a book and expressing it to your friends will help you to develop the ability to speak confidently about your beliefs and to defend them well.
- Organize a campaign to finance an international service project [see "Travel"]. Sell snacks in your neighborhood, or mow lawns to earn money.

Develop writing skills:

- Find an image that inspires you from Google Image Search. Set a timer for half an hour and write a story or explanation related to that image. Like reading, many students develop distaste for writing because of certain school assignments. Investing in a small project like this can help to break that habit and make writing more interesting.
- Keep a journal. Writing daily for a short period of time will help you to think in a more structured way, a skill that is greatly needed in logical discussion. Additionally, keeping a journal helps you to catalogue your thoughts, aspirations, friends, and memories for the future. One day, you will be able to look back upon your freshman year in high school

and recall friends and memories that you would have otherwise forgotten.

Read the major page articles of the newspaper:

- Understanding current events will help you to understand your culture in a more complete way. The world that you experience today is part of the world that your children read about in their history books.

Other Options

Be an entrepreneur: Start your own business.

- Consider starting a lawn care service, painting houses, etc.
- This demonstrates an impressive degree of initiative and responsibility. Knowing how to deal with money and how to satisfy customers is an asset to any job.

Apply for a traditional job:

- Apply to work as a waiter, caddy, construction worker, grocery bagger, etc.

Metas del Verano

Académicas (Ejemplos: libros a leer, curso de verano, proyecto de investigación, etc.)**:**

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Físicas (Ejemplos: tiempo de ejerció a la semana, aprender/practicar un deporte, etc.)**:**

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Profesional (Ejemplos: desarrollar un hobbie relativo a mis intereses profesionales, internado, etc.)**:**

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Espiritual (opcional):

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Voluntariado, Obras de Servicio:

_____
_____
_____
_____

Test de Servicio

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
1. ¿Con qué frecuencia friegas los platos en tu casa?						
2. ¿Con qué frecuencia le preguntas a tu mamá si puedes ayudarla en algo?						
3. ¿Con qué frecuencia haces tus encargos de la casa sin que te lo tengan que recordar papá o mamá?						
4. ¿Con qué frecuencia les preguntas a los demás qué quieren ver en la TV (en vez de ver lo que tú quieres ver)?						
5. ¿Con qué frecuencia ofreces a otros que se sirvan primero la comida antes de servirte tú?						
6. ¿Con qué frecuencia en las comidas te sirves lo que menos atrae antes de que lo haga otro?						

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
7. ¿Con qué frecuencia te desprendes de algo que ya no usas?						
8. ¿Con qué frecuencia ayudas a un compañero de clase con sus asignaciones?						
9. ¿Con qué frecuencia prestas dinero a otra persona?						
10. ¿Con qué frecuencia das un donativo a tu Iglesia?						
11. ¿Con qué frecuencia compras algún regalo para los demás miembros de tu familia?						
12. ¿Cuánto tiempo dedicas a pensar en qué regalarle a tu papá o a tu mamá?	Nada de tiempo	Poco tiempo	Un tiempo prudente	Un tiempo significativo	Mucho tiempo	

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
13. ¿Cuánto tiempo dedicas a pensar en qué regalarles a tus hermanos?	Nada de tiempo	Poco tiempo	Un tiempo prudente	Un tiempo significativo	Mucho tiempo	
14. ¿Con qué frecuencia participas como voluntario de un servicio a la comunidad?						
15. ¿Con qué frecuencia ayudas a tus hermanos menores?						
16. ¿Con qué frecuencia ayudas a tus hermanos sin hacerlos sentir mal?						
17. ¿Con qué frecuencia haces algo solo porque eso es para ayudar a tu mamá en los trabajos de la casa?						
18. ¿Con qué frecuencia haces algo para ayudar a tus vecinos?						
19. ¿Con qué frecuencia ayudas a tus abuelos?						

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
20. ¿Con qué frecuencia piensas en cómo puedes ayudar a los demás en tu tiempo libre?						
21. ¿Con qué frecuencia haces algo que no quieres para hacer algo que otro va a disfrutar (hermanos, papás, amigos)?						
22. ¿Con qué frecuencia le preguntas a alguien algo, solo porque sabes que a esa persona le gusta hablar de ese tema?						
23. ¿Con qué frecuencia tratas de hacer que los demás sobresalgan en los deportes?						
24. ¿Con qué frecuencia rezas por los miembros de tu familia?						
25. ¿Con qué frecuencia visitas a alguien que está enfermo?						

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
26. ¿Con qué frecuencia contestas el teléfono para que no tenga que hacerlo otra persona?						
27. ¿Con qué frecuencia abres la puerta sin esperar a que otra persona lo haga?						
28. ¿Con qué frecuencia te ofreces para cuidar a tus hermanos menores?						
29. ¿Con qué frecuencia haces algo de lo siguiente sin que te lo pidan?						
a. Cortar la grama						
b. Barrer la entrada						
c. Lavar el carro						
d. Lavar la ropa						

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
e. Lavar los platos						
f. Aspirar las alfombras						
g. Lavar las ventanas						
30. ¿Con qué frecuencia prestas lo siguiente?:						
a. Tu bicicleta						
b. Tu computadora						
c. Tu ropa						
d. Tu teléfono celular						
e. Tu equipo de deporte						
f. Tus libros						

PUNTOS	Nunca = 0	Una vez al año = 1	Algunas veces al año = 2	Una vez a la semana = 3	Diario = 4	PUNTOS
g. Tus audífonos						
TOTAL						

Puntuación

0 – 50: Nada o poco servicial 81 – 120: Algo servicial

51 – 80: Servicial promedio 121 – 177: Muy servicial

Hoja de Resumé

1) Clases tomadas en la Escuela

8vo

Clases para el Primer Semestre	Grado	Clases para el Segundo Semestre	Grado

9no

Clases para el Primer Semestre	Grado	Clases para el Segundo Semestre	Grado

10mo y 11mo

Clases para el Primer Semestre	Grado	Clases para el Segundo Semestre	Grado

12mo

Clases para el Primer Semestre	Grado	Clases para el Segundo Semestre	Grado

2) Actividades Extracurriculares

8vo

Actividad Extracurricular	Distinciones (posiciones de liderazgo, premios,etc.)

9no

Actividad Extracurricular	Distinciones (posiciones de liderazgo, premios,etc.)

10mo y 11mo

Actividad Extracurricular	Distinciones (posiciones de liderazgo, premios,etc.)

12mo

Actividad Extracurricular	Distinciones (posiciones de liderazgo, premios,etc.)

3) Actividades de Servicio Comunitario

8vo

Actividad	Horas/semana	Comentarios (opcional)

9no

Actividad	Horas/semana	Comentarios (opcional)

10mo y 11mo

Actividad	Horas/semana	Comentarios (opcional)

12mo

Actividad	Horas/semana	Comentarios (opcional)

4) Experiencia de Trabajo

8vo

Trabajo	Horas/semana	Conocimientos/Habilidades adquiridas

9no

Trabajo	Horas/semana	Conocimientos/Habilidades adquiridas

10mo y 11mo

Trabajo	Horas/semana	Conocimientos/Habilidades adquiridas

12mo

Trabajo	Horas/semana	Conocimientos/Habilidades adquiridas

Otros (honores, premios, proyectos de investigación, etc.). Incluye Fecha.

Describe como te fue en el verano luego de 8vo grado.

Describe como te fue en el verano luego de 9no grado.

Describe como te fue en el verano luego de 10mo y 11mo grado.

El caso de estudio de Sam.

Sam tiene 13 años y se acaba de mudar con su familia a un vecindario nuevo. Iba a una escuela pública que le gustaba mucho pero lo trasladaron a una privada. Sus dos padres son abogados prestigiosos y están muy bien. Es hijo único.

Sam describe su escuela anterior como "fácil" (casi nunca tenía que estudiar) y sus notas eran "buenas". Su promedio en octavo grado fue de 88%.

En los primeros meses de clases, en la nueva escuela, Sam se colgó en una clase y su promedio bajó a 75%. Los próximos dos meses se colgó en cuatro clases. Llamaron a sus padres para informarles de la situación pero no tenían ni idea de lo que le estaba pasando a Sam. Antes era un buen estudiante y no causaba problemas. La maestra no veía ningún problema en particular. Sam atendía y se comportaba bien en la clase; por otro lado nunca preguntaba nada en la clase. Varias veces, no entregó algunas asignaciones y en una ocasión tenía que dar un informe frente al grupo y por cobardía no lo dio y recibió una mala nota.

Su rutina después de la escuela usualmente era buscar un snack, ver TV y después se encerraba en su cuarto a estudiar con una bolsa de Doritos y una lata de Coca-Cola. Él no tenía televisor en su cuarto pero navegaba por el internet y escuchaba música mientras estudiaba. La cena era a las 7 pm, y su normalmente su mama tenía que llamarlo varias veces para que fuera a comer. Después de cenar regresaba a su cuarto a continuar "sus estudios y asignaciones".

Sam no tenía encargos en su casa (tenían dos empleadas que cuidaban la casa). En los fines de semana, la agenda de Sam era bien flexible (normalmente se levantaba a las 11am). Su cuarto casi siempre estaba en orden, las empleadas entraban frecuentemente a ayudar a Sam a poner todo en orden.

Sam no quiso participar en ningún deporte en la escuela y prefería usar su recreo para hablar con sus amigos. Decidió no participar en deportes de equipo pero le obligaron a estar en Educación Física. La rutina usual de esa clase empezaba con unos ejercicios exigentes (ej.: 50 push-ups, 100 sit-ups). Sam y uno de sus amigos (Héctor) competían a ver quién engañaba al entrenador. El reto consistía en ver quien hacía menos ejercicios sin que lo regañaran. Hasta ahora, Sam iba ganando. Se podría decir que Sam es bueno siendo discreto.

Hace poco, su clase se fue de excursión a un bosque y Sam no quería ir pero era obligatorio. Durante la caminata sus hombros se cansaron y alguien tuvo que ayudarlo a cargar su mochila. Sam se quejaba mucho y a cada rato pedía que pararan para tomarse algo. También parte de la caminata era cruzar un rio. Cuando llegaron al río un estudiante retó a los demás a cruzarlo nadando (el agua estaba a 60 grados F). Sam nadaba bien pero solamente Héctor y Sam no quisieron hacerlo. Sam decía "No me apetece hacerlo!" y le contestaron "Mocoso!". Sam y Héctor prefirieron estar solos y pensar en que todos los demás eran charros.

Como resultado de todo esto, Sam se quejaba frecuentemente con sus padres sobre la escuela nueva y quería volver a la anterior. Decía que no lo entendían, que los maestros eran estúpidos y que tenían algo contra él. Sus padres están considerando cambiarlo otra vez a su antigua escuela.

Preguntas

Se te evaluarán en base a:

- *Contenido & Evidencia: Contestaciones completas y evidenciadas en el cuento.*
- *Claridad: Que tus puntos sean claros y organizados.*
- *Presentación: postura, volumen, enunciación, ritmo, enérgico, activo, convicción, etc.*

1. ¿Qué es una virtud? ¿Cuál es la virtud predominante que le falta a Sam? Da cuatro ejemplos.

2. ¿Cuáles son las otras virtudes relacionadas que le faltan a Sam? Menciona cuatro y da ejemplos.

3. ¿Qué factores de la vida de Sam contribuyeron a que el actuara así? Da por lo menos cuatro.

4. Específicamente, ¿qué prácticas ayudarían a Sam a desarrollar la virtud predominante que le falta? Haz una lista de por lo menos cuatro.

5. ¿Cuáles son sus fuertes? Encuentran por lo menos dos.