

Actividades educativas para adolescentes y preadolescentes



Nota editorial: Las directrices cambian rápidamente. Sigantodas las leyes locales, estatales y federales y las recomendaciones sobre la distancia social y otras prácticas cuando usen estas ideas.

Mantenga a sus hijos ocupados y a salvo mientras no están en la escuela y no salen con sus amigos. Esta guía presenta actividades y retos aptos para adolescentes y preadolescentes, incluyendo un tarjetón de bingo en el reverso.

Escritura creativa

Con estas sugerencias motivará a su hija a que disfrute escribiendo.

Escritura libre. Anímela a que se ponga un cronómetro para cinco minutos y escriba lo que quiera (aunque empiece con “No sé muy bien qué escribir...”). Probablemente su hija se lance a escribir ¡y no quiera parar cuando se le termine el tiempo!

Respuestas compartidas. Que los miembros de su familia se alternen colocando un tema al azar en la nevera. *Ejemplos:* “Pronostica una tendencia tecnológica para el siglo XXII” o “¿Piensas que la gente debería desayunar sólo ‘comidas de desayuno’? ¿Por qué o por qué no?” Cada persona escribe una respuesta al tema y al final de la semana pueden compartirlas.



Un vocabulario estelar

Escuchar y usar nuevas palabras con frecuencia puede integrarlas permanentemente en el vocabulario de su hijo. Ponga a prueba estas estrategias para que aprenda nuevas palabras en inglés.

Jugar. Usen palabras de su trabajo escolar en los juegos de su familia. Dígle a su hijo que escriba cada palabra en una ficha distinta de cartulina. Por ejemplo, si está estudiando el sonido y la luz en ciencias podría jugar a Pictionary con palabras como *wavelength* y *prism* o representar *frequency* y *reflection* en un juego de charadas.

Buscar. Sugírela a su hijo que anote cada palabra nueva que se encuentre cuando lea una novela. A continuación puede estar atento a cuando vea la palabra en revistas y periódicos. También puede escucharla en conversaciones, en la TV y en la radio: aprenderá a entender la palabra en diversos tipos de contextos.

Matemáticas del mundo real

Mostrar a su hija cómo se relacionan las matemáticas con su propia vida—o con cosas que le importan a ella—es una de las mejores formas de motivarla a que practique. He aquí algunas ideas.

Entender finanzas. Quizá su hija quiera comprar un auto usado. Dígle que compare planes de financiación. A continuación puede crear una hoja de cálculo que muestre el coste final basándose en distintos tipos de interés y el plazo (el número de meses) para devolver el préstamo.

Explorar carreras. Quizá su hija sueñe con ser arquitecta o diseñadora de moda. En ambos campos y en otros muchos se usan muchas matemáticas. Anímela a que dibuje su casa soñada y a que use materiales de arte y herramientas matemáticas para construir un modelo a escala. También puede diseñar una falda y luego calcular cuánto costaría comprar los materiales para hacerla.

Ciencia cotidiana

Despierte el interés de su hijo por la ciencia procurando que vea cómo se relaciona con su vida. Comparta con él estas ideas.

Observar el tiempo. Dígle a su hijo que observe las nubes y que lea los pronósticos del tiempo en el periódico durante una semana. ¿Puede predecir el tiempo que hará? *Ejemplo:* “El cielo raso de esta noche probablemente indica temperaturas frescas por la mañana. Por la tarde subirán las temperaturas y caerá la presión barométrica, así que hay una posibilidad de tormentas a última hora del día”.

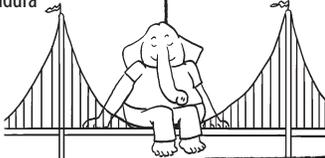
Resolver “misterios”. Anime a su hijo a que vaya haciendo una lista de preguntas que se le ocurran y a que busque las respuestas cuando tenga tiempo. Quizá investigue para enterarse de cómo funciona el GPS o por qué una montaña rusa depende de la gravedad.



continúa

Instrucciones: Haz las actividades de este tarjetón de bingo en el orden que prefieras. Cuando tengas cinco en fila (en vertical, horizontal o diagonal), has conseguido BINGO. Sigue jugando hasta completar todo el tarjetón ¡y ganar Súper BINGO!



B	I	N	G	O
<p>Empieza un "diario de la cuarentena". Podrías escribir sobre aspectos positivos (videoconferencias divertidas, ropas cómodas) o gestos de amabilidad (los vecinos que comparten suministros, voluntarios que hacen mascarillas).</p> 	<p>Resuelve este rompecabezas matemático: $\bullet + \bullet + \bullet = 90$ $\bullet + \heartsuit + \heartsuit = 60$ $\heartsuit + \star + \star = 25$ $\bullet \times \heartsuit \times \star = ?$ A continuación inventa rompecabezas semejantes para que los resuelva tu familia. <small>Resposta: 2,250</small></p>	<p>Haz un plan de comidas para la semana. Busca recetas para la cena que usen los ingredientes que tengas a mano. Comparte el plan con tus padres y ofrécete para cocinar algunas comidas para ellos, especialmente si tienen mucho trabajo.</p> 	<p>Pídeles a tus abuelos y a otros familiares que te recomienden novelas que les gustaban de adolescentes. Descarga de la biblioteca versiones electrónicas. Cuando termines un libro, llama al familiar que te lo sugirió y comenta el libro.</p>	<p>Elige varios juegos de mesa y revuelve los tableros y las piezas para inventar un nuevo juego. Escribe las normas del juego y enséñaselo a tu familia.</p> 
<p>Hay más de 1000 palabras en la palabra <i>celebration</i>. Comprueba cuántas puedes escribir. (Usa las letras en cualquier orden.) Ejemplos: <i>clarinet, earlobe, linear.</i></p> 	<p>Diseña un campo de minigolf en una cartulina. Coloca pajitas para hacer bordes y añade obstáculos como vasos de plástico y tapas de botella. Pega todo y luego usa un lápiz para golpear una canica y pasarla por todo el recorrido.</p>	<p>Fílmate leyendo en voz alta tus viejos libros ilustrados (o libros electrónicos infantiles de la biblioteca). Comparte los videos con tus primos pequeños y con otros pequeños que conozcas.</p>	<p>Piensa en una lista de pasatiempos que te gustaría probar. Puede que siempre hayas querido aprender a cultivar plantas, a coser, a hacer trucos de naipes o a usar lengua de señas. Elige uno y ponte a ello.</p> 	<p>Escríbete una carta a cada uno de tus profesores. Diles lo que más te gusta de sus clases y comparte con ellos qué tal van las cosas en casa. Pregúntales también cómo están ¡y dales las gracias por lo mucho que trabajan!</p>
<p>Crema listas temáticas de canciones. Ejemplos: Canciones para levantar el ánimo, canciones con un animal en el título, canciones de los 80. Podrías pedirles a tus amigos que hagan lo mismo y luego compartir las listas.</p> 	<p>Haz un cuadrado mágico. Dibuja una cuadrícula con 5 filas y 5 columnas. Escribe los números 1-25 en los recuadros de modo que cada fila, columna y diagonal sume 75.</p>	<p>ESPACIO LIBRE</p> 	<p>Usa un hilo de 4 pies de largo para hacer varias formas (hexágono, cuadrado, triángulo). Coloca naipes dentro de las formas sin superponerlas. ¿Qué forma contiene más naipes?</p>	<p>Celebra un concurso de preguntas y respuestas con tu familia. Llama o envía un correo a tus familiares y pídeles que compartan información sobre ellos mismos. Convierte los datos en preguntas ("¿Quién corrió el Maratón de Boston?") y presenta tu programa por videoconferencia.</p> 
<p>Crema una exposición de fotos usando una aplicación gratuita como Google Photos o Slidebox. Elige un tema, haz fotos y compártelas con tu familia y amigos. Ideas para temas: agua, pasatiempos, el color amarillo.</p> 	<p>Provoca una reacción en cadena. Usa objetos de casa como bloques, vasos de papel, fichas de dominó, rampas y pelotas. ¿Puedes conseguir que la reacción dure un minuto? ¿Tres minutos?</p>	<p>Recorta imágenes de objetos de revistas y catálogos. Pega cada foto en un folio de papel y grapa todos los folios para hacer un libro. Escribe titular imaginario para cada una.</p>	<p>Juega a Solitaire. La versión que conoce la mayoría de la gente es Klondike Solitaire. Busca variaciones en la red como Clock Solitaire o Pyramid Solitaire.</p> 	<p>Hay unos 7.5 billones de personas en la Tierra. Si la población crece un 1% anualmente, ¿cuántas personas habrá en el año 2050? ¿Cuál será la población en el año 3000?</p>
<p>LOL. Haz para tus padres un diccionario de jerga y de expresiones de mensajes de texto. Coloca las entradas en orden alfabético. Incluye las definiciones y frases de ejemplos que usen los términos.</p>	<p>Ejercita tu memoria y asombra a la gente. Memoriza todas las capitales de los estados, los presidentes de EEUU o los elementos de la tabla periódica.</p> 	<p>Con el debido permiso, limpia y ordena un armario, cajón, gabinete o estante en tu hogar. Haz fotos de antes y después: ¿quizá te inspiren para seguir limpiando!</p>	<p>Construye puentes con palitos de manualidades. Busca en la red "tipos de puentes". ¿Puedes diseñar un puente colgante, un puente de armadura y un puente en ménsula?</p> 	<p>Anima a todos. Recoge artículos de noticias positivos y pégalos en un álbum o en cartulina. Expón la colección para que la lea tu familia.</p>

Middle Years - High School Years