

## **Boletín de los Padres de Marzo de 2017**

[www.arkansased.gov/divisions/communications/my-childmy-student](http://www.arkansased.gov/divisions/communications/my-childmy-student)

---

### **Establecer Metas**

Establecer metas a corto y largo plazo con su hijo es importante, ya que las metas ayudan a su hijo a enfocarse en lograr hitos importantes. El sentimiento de logro al alcanzar una meta no tiene precio.

Existen varios recursos para ayudarle a fijar metas, tales como los siguientes artículos (disponibles solamente en inglés): <https://www.oxfordlearning.com/help-your-children-set-goals-for-success-top-ten-t/> y <http://www.parents.com/parenting/better-parenting/style/how-to-teach-kids-perseverance-goal-setting/>. Comuníquese con el maestro de su hijo en cuanto a las metas académicas, así como actividades extracurriculares, que ayudarán a su hijo, y no se olvide de celebrar el progreso de su hijo.

Como familia, fije algunas metas que pueden alcanzar juntos. Esto servirá como un ejemplo de cómo su hijo puede lograr metas personales. Usted puede encontrar un plan de acción paso a paso (disponible solamente en inglés) en [http://www.sparkparenting.com/Tip\\_Sheet\\_Family\\_Goals.pdf](http://www.sparkparenting.com/Tip_Sheet_Family_Goals.pdf).

Considere preguntarse a usted mismo o al maestro de su hijo las siguientes preguntas.

- ¿Cuáles son las metas de mi hijo a corto plazo y a largo plazo?
- ¿Cómo puedo apoyar a mi hijo para que alcance sus metas?
- ¿Qué actividades y clases ayudarán a mi hijo a alcanzar sus metas?
- ¿Qué tipos de metas podemos establecer como familia?

### **Preparación para Condiciones Meteorológicas Peligrosas**

Cada familia necesita un plan para condiciones meteorológicas peligrosas. El Departamento de Seguridad Nacional ofrece consejos para todas las emergencias relacionadas con el clima en <https://www.ready.gov/es>. El Servicio Meteorológico Nacional también tiene una gran cantidad de información útil en inglés en la página <http://www.weather.gov/safety>. Para obtener más información en inglés sobre la Oficina Nacional de pronóstico del Servicio Meteorológico de Little Rock, visite <http://www.weather.gov/lzk/>.

Es importante crear un kit de emergencia que sea rápidamente accesible. Ver <https://www.ready.gov/es/como-preparar-un-kit> para las ideas de lo que debe incluir en su equipo. Recuerde reemplazar cualquier artículo faltante o expirado cada año.

Asegúrese de hablar con el maestro de su hijo sobre el plan de la escuela en cuanto a condiciones meteorológicas peligrosas. Discuta los procedimientos de despido y comunicación y aprenda más sobre los ejercicios que se llevan a cabo en la escuela de su hijo. Hable con su hijo acerca de estos planes, y recuérdelo a él o ella acerca de los procedimientos adecuados.

Considere las siguientes preguntas a medida que planea la próxima temporada de condiciones peligrosas.

- ¿Cuál es el plan de nuestra familia en caso de condiciones meteorológicas peligrosas?
- ¿Qué es lo que mi hijo necesita hacer si viaja a la escuela o si viaja de la escuela durante condiciones peligrosas?
- ¿Cómo me comunico con la escuela de mi hijo si se producen condiciones peligrosas?
- ¿Qué debe incluirse en el kit de emergencia de mi familia?