Sleepy Hollow High School

Tales of the Hollow

Noviembre 2023

Desde el escritorio del director...

Guía para padres: Fomentando el éxito de su hijo adolescente

Estimadas familias de SHHS,

Al reflexionar sobre el primer trimestre del año escolar, reconocemos los desafíos y oportunidades únicos que surgen al ser padres de adolescentes. Este período de la vida de su hijo está marcado por el crecimiento, la independencia y el aumento de las responsabilidades académicas. Creemos que su participación activa en sus vidas puede tener un impacto significativo en su éxito, tanto dentro como fuera del aula. Aquí hay algunas estrategias y sugerencias sobre cómo usted puede participar y apoyar el viaje personal, social y académico de su adolescente.

- Comuníquese mucho y con frecuencia: La comunicación abierta y honesta es clave para cualquier relación, pero especialmente con su adolescente. La clave es encontrar los temas y las preguntas de los que quieren hablar. Cree un espacio seguro para que su adolescente exprese sus pensamientos e inquietudes. Escuche activamente, haga preguntas y muestre empatía. Es posible que usted sea la única persona con la que estén dispuestos a hablar sobre temas realmente desafiantes, y su reacción a sus preguntas puede guiarlos a seguir adelante o determinar si confiarán en usted en el futuro.

- Elige tus batallas: Los adolescentes anhelan e incluso exigirán autonomía en todo momento. Quieren poder no sólo tomar decisiones sino también saber que esas decisiones son respetadas. Cuando sienta que un conflicto o una discusión comienzan a surgir, haga una pausa y pregúntese si esta es una situación en la que puede dejar que ganen una batalla. Conceder les hará saber que los respetas y que tu reacción a sus deseos/necesidades no siempre es negativa. Guarde sus posturas firmes para las cosas que más le importan.

- Establece límites: Si bien debes darles libertad, también debes limitar a tu hijo de secundaria. Debido a que los adolescentes carecen de control de sus impulsos (especialmente al comienzo de la escuela secundaria), las reglas claras son saludables e importantes para ellos.

(continúa...)

En este asunto...



Página 3: Del 2 al 6 de octubre fue la Semana del Espíritu. Cada día tuvo un tema y actividades diferentes, culminando con el rally/fogata y el juego de bienvenida (homecoming).



Página 7: Estudiantes participaron como voluntarios en la reciente carrera de 10 km. Animaron a los corredores y distribuyeron agua y refrescos.



Página 11: Treinta y cuatro estudiantes asistieron a la conferencia del "Día Internacional de la Niña" de Westchester con el tema "Liberando su verdadero potencial".

Reconociendo las altas puntuaciones del PSAT del Programa Nacional de Becas al Mérito



Sean T. Dickason, Nina N. Lyppens, Sumiran Margolis y Joseph Weitzen han sido nombrados Estudiantes Reconocidos en el Programa Nacional de Becas al Mérito 2024.

Alrededor de 34,000 Estudiantes Reconocidos en todo el país están siendo reconocidos por su excepcional promesa académica. Aunque no continuarán en la competencia de becas al mérito nacional 2024, los Estudiantes Reconocidos se ubicaron entre los 50,000 mejores estudiantes que participaron en la competencia 2024 al tomar el Examen Preliminar SAT/Examen de Calificación para la Beca Nacional al Mérito (PSAT/NMSQT) de 2022.

Elevando Sueños Futuros

Las estudiantes de Sleepy Hollow High School, Jennifer Nieves y Donna Rodríguez, se están beneficiando de la enriquecedora experiencia de participar en el programa de mentoría Her Honor.

Her Honor conecta mentoras mujeres exitosas con jóvenes ambiciosas.

A través de orientación personalizada y talleres inspiradores, los participantes desarrollan habilidades vitales y confianza.

Según el programa, "La mentoría es nuestra herramienta para cerrar las brechas entre la educación y el empleo. Conectamos las necesidades de nuestro sistema de educación pública con recursos poderosos en la comunidad empresarial."

Her Honor Mentoring fue desarrollado por Nicole Sheindlin y Judith Sheindlin, como una forma innovadora y pragmática de impulsar la autoconfianza en las mujeres jóvenes en el entorno laboral y la vida cotidiana.

¿Buscas un buen libro para leer?

Aquí hay una recomendación del personal.

"Como una hija sumisa, una esposa obediente y una sirvienta sin poder, a Adunni, de catorce años, le repiten constantemente que no es nada. Pero Adunni no se dejará silenciar. Está decidida a encontrar su voz, ya sea en un susurro, en una canción, o en inglés roto, hasta que pueda hablar por sí misma..."
- *Goodreads.com*



"Recientemente leí 'The Girl with the Louding Voice', ¡y me encantó! Tiene un mensaje maravilloso sobre las mujeres en la sociedad y la importancia de educar a las mujeres en todo el mundo."
- *Marni Meyer, profesora de inglés*

SPIRIT WEEK 2023

















CLASIFICACIONES

Estudiantes de último año - 992.5
Estudiantes de tercer año - 682.5
Estudiantes de segundo año - 665
Estudiantes de primer año - 375









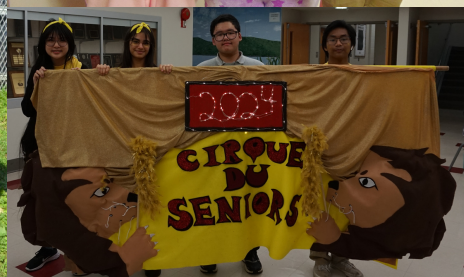












SPIRIT WEEK 2023

























Entrevistando a la facultad y Conociendo al Personal

Los estudiantes en la clase de Nivel 1 de Inglés como Nuevo Idioma (ENL) de la Sra. Sarah McLaughlin entrevistaron a miembros importantes de nuestra comunidad escolar.

Debbie Brand
Principal

Comida favorita: pizza

Entrevistada por: Doménica Chimbo Morocho

Familia: madre de Perú, padre de Nueva York

Entrevistado por: Kevin Uzhca Roque

Leticia Andújar
Consejero de Orientación

Color favorito: negro

Entrevistada por: María Guaraca Maji

Comida favorita: sancocho

Entrevistado por: Jesús Guzmán Majía

Megan Purvis
Presidente del Departamento de ENL

Color favorito: verde

Entrevistada por: Doménica Chimbo Morocho

Familia: De Nueva York

Entrevistada por: Karen Uzhca Roque

Kisha Pérez
Enfermera

Película favorita: *Pretty in Pink*

Entrevistada por: Doménica Chimbo Morocho

Familia: De Puerto Rico

Entrevistada por: Keyli Muzha Damaguala

Daniel Larkin
Asistente de la directora

Comida favorita: pizza

Entrevistada por: Leslie Mora Aguirre

Idiomas hablados: inglés y un poco de español.

Entrevistado por: Elvis Guerra Guerra

Jessica Pérez
Asistente de la directora

Familia: madre de Inglaterra, padre de Puerto Rico

Entrevistado por: Wenly Moscoso Garica

Steven Bencosme
Oficial de Recursos Escolares

Comida favorita: mangu

Entrevistado por: Yadiel Moscoso Severino

Familia: de República Dominicana

Entrevistado por: Eudes Villar Guillén

Se lleva a casa dos premios por la revista literaria Sombra y sustancia

Shadow and Substance, la revista literaria de Sleepy Hollow High School, ganó el premio al Mejor Diseño General y se llevó el premio de plata como Mejor Revista Literaria General en la 84ª conferencia anual de ESSPA.
La conferencia se celebró a mediados de octubre. Esta versión de la revista salió a finales del año escolar 2022-2023 y presenta trabajos artísticos y escritos de los estudiantes.





CAPITAL BOND PROJECT

Proyecto de Bonos de Capital

Vote December 12, 2023 from 7 am – 9 pm

Vota el 12 de diciembre de 2023 de 7 am a 9 pm

VOTE

Tarrytown residents: Washington Irving School
Tarrytown residentes: Escuela Washington Irving

Sleepy Hollow residents: W.L. Morse School
Sleepy Hollow residentes: Escuela W.L. Morse

PUBLIC SCHOOLS OF THE TARRYTOWNS

To learn more about the Capital Bond Project visit TUFSD.org/facilities
Para más información sobre el Proyecto de Bonos de Capital visite TUFSD.org/facilities

Voluntariado en la carrera Sleepy Hollow 10K

Se dice que “No hay mejor lugar para celebrar Halloween que Sleepy Hollow”. La celebración ciertamente comenzó la mañana del 28 de octubre cuando los RivertownRunners organizaron el Sleepy Hollow Halloween 10K 2023. No era exactamente la mañana de otoño perfecta (era alrededor de los 70 grados), pero hacía sol y el cielo estaba despejado. Y, por supuesto, nuestros propios estudiantes de Sleepy Hollow High School vinieron a apoyar el evento. Los estudiantes de secundaria ofrecieron su mañana como voluntarios para ayudar a animar a los corredores y distribuir agua y refrigerios después de la carrera. Los corredores apreciaron escuchar a nuestros estudiantes aplaudirlos y brindarles palabras de aliento, como "Mantente fuerte", "Tienes esto" y "Tu puedes". Fue increíble ver a estudiantes de todos los grados presentarse para apoyar esta tradición comunitaria. Primero fue la carrera divertida para niños de menos de 1 milla. Estos adorables futuros corredores hicieron un gran trabajo con la ayuda de sus padres. Incluso vi a un ex alumno corriendo con su hijo en un cochecito. La siguiente prueba fue la de 10k. Los corredores salió con todo el espíritu de Halloween. Se pudo ver a Barbie, Superman, Freddy Kruger e incluso el Empire State Building corriendo en el recorrido. Fue un día divertido para todos, y si no pudiste asistir, ¡asegúrate de unirte a nosotros en marzo para la media maratón!



Celebrando Halloween en el Hollow

Los estudiantes de las clases de portafolios y arte de estudio AP de Kristen Dreher, junto con algunos miembros del club de arte, ayudaron a decorar negocios locales pintando sus ventanas, la primera vez desde el covid.













Celebrando el Mes de la Herencia Hispana a través de la música

El 3 de noviembre, muchos estudiantes tuvieron la oportunidad de asistir a una presentación musical en reconocimiento al Mes de la Herencia Hispana.

Este año, el SHHS Jazz Combo se asoció con Pablo y Anna Mayor y su grupo, Folklore Urbano, para preparar un concierto celebrando la música y danza latina.

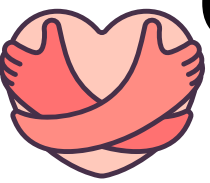
El espectáculo fue diseñado para servir como una visión histórica de la música latina y sus tradiciones, comenzando con sonidos de los Andes, la cultura española, la cultura africana (tocando aspectos ecuatorianos/dominicanos/ colombianos/cubanos) y terminando con la música que surgió en la ciudad de Nueva York con el jazz latino.

Los estudiantes de música habían estado participando en talleres (durante su tiempo de ensayo programado regularmente) dirigidos por reconocidos músicos latinos de Nueva York. Los estudiantes trabajaron duro para crear una presentación auténtica de esta música.

Folklore Urbano se fundó en 1999 para "unir los sonidos tradicionales y contemporáneos" y al mismo tiempo inculcar "una comprensión y respeto por la cultura, el medio ambiente y la diversidad latinoamericana", según su sitio web.

Para obtener más información sobre ellos, su misión o su música, visite su sitio web: www.folkloreurbano.com.

Cuidado — Ser



Drenadores de energía

Trate de evitar aquellas actividades y pensamientos que agotan los niveles de energía, agotando este recurso necesario y poderoso.

- Tratando de controlar cosas que no podemos controlar
- Ser demasiado duros con nosotros mismos
- Preocuparnos por lo que la gente piensa de nosotros
- Dedicar tiempo a cosas que no importan
- Tratando de ser alguien que no somos
- Compararnos con los demás

Afirmaciones positivas

Para reemplazar el pensamiento negativo, es importante volver a entrenar su cerebro para que piense de manera más positiva mediante el uso de afirmaciones positivas diarias. Echa un vistazo a la lista de afirmaciones, elige tus 3 principales y muéstralas en algún lugar que puedas ver todos los días para repetirlas.

1. Soy extraordinario.
2. Me perdono por mis errores.
3. Hoy estoy agradecido.
4. Soy perfecto tal como soy.
5. Hoy es un nuevo comienzo.
6. Tengo gente que me quiere.
7. Está bien no saberlo todo.
8. Elijo pensar en positivo.
9. Merezco la felicidad.
10. Voy a hacer que hoy cuente.

Honrando a nuestros jinetes

La primera celebración del año del Honorable Jinete se llevó a cabo en octubre. Los maestros nominan a los estudiantes para recibir reconocimiento cuando alguien se ha esforzado por hacer algo útil, reflexivo o honorable.

Tommy Meehan
Christian Chun
Kyla Schactel
Emma Berrezueta
Sophia Peniche
Ana Taveres
Cynthia Sari
Dazling Torres
Cristian Bravo
Gerald Ray Navarro
Ronaldy Lizardo
Carlos Almonte
Nia Dowdy
Barbara Gil de Oliveira
Nola Vercesi
Tiago Berrezueta

Bridget Guallpa
Alondra Alonzo
Bria Perez Guadalupe
Chris Sanchez
Abril Andino
Greta Wuerffel
Will Arnold
Annie Luciano
Hannah Verbeke
Scott Klami
Emily Orellana
Ryan Tang
Evelyn Zhunio
Sebastian Andrade

Jackson Levine
Bryce McConneughey
Sopha McLaurin
Rosemely Gratereaux De Jesus
Roilan DeJesus Arias
Amarie Guzman
Dalvin Rodriguez
Anna Doorley
Sophia McLaurin
Samantha Taub
Adrian Castillo
Grace McGovern
Matias Salinas Llivichuzhca
Walmy Perez Hernandez

Isabella Luciano
Keyla Valdivienzo
Cirocco Ciccotelli
Brianna Rosario
Finnegan Murphy
Gabriella Morel
Naeem Mohammad
Julian Patino
Amaury Pena
Mikel Oquendo
Luke Weidner
Dariel Llitera Pichardo
Prosny Louis
Jonathan Negron

Samantha Poy
Lukas Contreras
Quincy Newland
Emely Siguenza
Jasmine Gomez
Elina Veras
Amber Lopez
Anabella Luciano
Nelly Rodriguez
Giancarlo Rodriguez
Priscilla Matos
Robinson Lora Hilario
Bricelys Ramirez
Bella Perkins









Comprometerse y reflexionar sobre una memoria



Los estudiantes de honores de English 12 realizaron una excursión a la comunidad artística de Bethany en Ossining para participar en talleres de arte basados en las memorias *That Bird Has My Wings: The Autobiography of an Innocent Man on Death Row* escritas por Jarvis Jay Masters.

Los estudiantes pudieron participar en 3 talleres: usar la escritura para expresarse y estar dispuesto a ser vulnerable, el movimiento como medio de expresión y el dibujo como medio de expresión. En cada taller, los estudiantes escucharon las historias de los presentadores, aprendieron sobre el impacto del encarcelamiento y la correlación con la forma en que uno ve y se mueve en el mundo, y produjeron contenido específico relacionado con el enfoque de cada sesión.

Fue una oportunidad para que los estudiantes aprendieran a expresarse más allá de la tradicional respuesta de ensayo en inglés y pensaran en el valor que cada uno de ellos aporta a sus comunidades.

Club Gourmet al Galope

El club de cocina Galloping Gourmets cree en la importancia innata de las habilidades culinarias como parte de un estilo de vida independiente y saludable. Los miembros tienen como objetivo aprender y participar en la cocina juntos y retribuir a la comunidad en eventos especiales y ventas. El club se reúne dos veces al mes, primero para discutir qué les gustaría preparar a los miembros y luego para prepararlo y compartir una comida juntos. El club vende alimentos, contribuye anualmente al Banco de Alimentos del Valle de Hudson, dona comidas navideñas a familias de la comunidad y establece una cocina abierta a toda la escuela. El Galloping Gourmet Club cree que la comida es amor y ama nuestra escuela.

Chile de calabaza picante

Tiempo de preparación: 15 minutos Tiempo de cocción: 1 hora
Tiempo total: 1 hora 15 minutos Porciones: 10

Ingredientes:

- 1 libra de carne molida (o un sustituto vegano como la carne Impossible™)
- ½ cucharadita de hojuelas de pimiento rojo triturado o al gusto
- 1 cucharadita de ajo fresco, picado
- ½ cebolla grande, picada
- 1 pimiento verde, picado
- 1 pimiento rojo, picado
- 1 lata (15 onzas) de frijoles rojos, enjuagados y escurridos
- 1 lata (15 onzas) de frijoles negros, enjuagados y escurridos
- 1 lata (15 onzas) de frijoles Great Northern, enjuagados y escurridos (los cannellini también son buenos)
- 1 lata (8 onzas) de salsa de tomate
- 1 lata (4 onzas) de salsa de tomate con ajo y cebolla
- 2 latas (14,5 onzas) de tomates pequeños cortados en cubitos
- 1 lata (14,5 onzas) de tomates cortados en cubitos asados al fuego
- 1 lata (15 onzas) de puré de calabaza
- 2 cucharaditas de especias para pastel de calabaza
- 2 cucharaditas de chile en polvo
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 cucharadita de sal, o al gusto

Instrucciones:

1. Calienta una sartén grande a fuego medio-alto; cocine y revuelva la carne en la sartén hasta que se desmorone y ya no esté rosada, aproximadamente 5 minutos. Agrega las hojuelas de pimiento rojo, el ajo y la cebolla; Continúe cocinando hasta que la carne se dore y la cebolla se ablande y se vuelva transparente. Agrega el pimiento verde y rojo y cocina 5 minutos más.

2. Mientras se cocina la carne, combine los frijoles rojos, los frijoles negros, los frijoles Great Northern, la salsa de tomate, la salsa de tomate con ajo y cebolla, los tomates pequeños cortados en cubitos, los tomates cortados en cubitos asados al fuego y el puré de calabaza en una olla de cocción lenta grande. Sazone con especias para pastel de calabaza, chile en polvo, comino y sal.

3. Agregue la mezcla de carne molida y cocine a fuego alto hasta que el chile esté caliente, aproximadamente 1 hora.

Nota del cocinero: Puede hacer esto tan picante como desee, o nada, si lo prefiere, ajustando la cantidad de hojuelas de pimiento rojo. Adorne con queso rallado y/o cebolletas si lo desea y sirva sobre arroz.

Sentirse empoderado

El 13 de octubre, un grupo de 34 estudiantes (acompañados por la Sra. Samantha Horn, la Sra. Joan Mullin y la Sra. Mary Noll) asistieron a la conferencia del "Día Internacional de la Niña" del condado de Westchester en Manhattanville College.

El tema de la conferencia fue "Esfuércese por prosperar: libere su verdadero potencial".

Además de asistir a un panel de discusión sobre filantropía, los estudiantes participaron en talleres interactivos que abarcaron una variedad de temas, incluida la educación financiera, la legislación electoral y el manejo de la ansiedad.

Después de la conferencia, un estudiante comentó: "Tener una sala llena de mujeres increíbles de todas las edades, orígenes y habilidades... me hizo sentir parte de una comunidad increíble".

Otro señaló: "Salí de la conferencia con una sensación de empoderamiento renovada".







Estudiar formaciones rocosas en la ciudad de Nueva York



La clase de geología del Sr. Noah Berger visitó el Museo Americano de Historia Natural y el Parque Central en Manhattan.

Los estudiantes examinaron las formaciones rocosas del parque para estudiar la geología histórica y el pasado glacial de Manhattan.

Examinaron la composición mineral de el Parque Central en el museo, que ofrece muestras de cada grupo mineral y de todas partes del mundo.



Descubriendo plantas en la reserva Peabody



Los miembros de la clase de ciencia y sociedad, junto con algunos estudiantes de investigación científica impartidos por la Sra. Michele Zielinski, fueron a Peabody Field para buscar plantas silvestres comestibles con un guía. Aprendieron sobre diversas plantas como el plátano, el berro y el ajo de campo.

Gracias a los Amigos de Peabody y al PTA por apoyar esta excursión. ¡Los estudiantes disfrutaron aprendiendo al aire libre y ahora están listos para sobrevivir en la naturaleza buscando comida!

Explorando campos científicos

Varios estudiantes de noveno y décimo grado se unieron a STEP, un programa financiado por el estado de Nueva York y dirigido por Mercy College.

El programa brinda a los estudiantes de MS y HS en Sleepy Hollow, así como en otros distritos vecinos, oportunidades para explorar profesiones en los campos científico, de ingeniería y relacionados con la salud.

STEP también alienta a los estudiantes a seguir la educación y la capacitación necesarias para ingresar a estos campos. El programa brinda apoyo académico, asesoramiento universitario y exploración profesional para estudiantes históricamente subrepresentados y económicamente desfavorecidos que sobresalen en ciencias y matemáticas.

Si conoce a un estudiante actual de noveno y décimo grado que se ajuste al perfil, comuníquese con Jason Choi, quien actúa como enlace de Sleepy Hollow con el programa.

Creando un espacio acogedor en el Zen Den

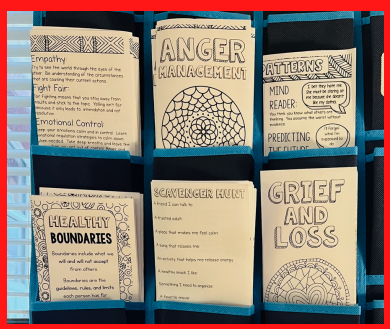
El Zen Den abrió sus puertas en septiembre pasado y pretende ser un espacio donde los estudiantes puedan venir voluntariamente a practicar la autorregulación, tomando una breve pausa de su día antes de regresar a clase y otras actividades escolares. Pasar tiempo en Zen Den puede ayudar a los estudiantes a sentirse más relajados y con los pies en la tierra.

La Sra. April Best y la Sra. Delores Farmer trabajan en el espacio, registran a los estudiantes, evalúan sus necesidades y les facilitan el regreso a clases. El espacio cuenta con materiales para colorear y escribir un diario, así como acertijos, juguetes inquietos, tarjetas/folletos de estrategias de afrontamiento y ejercicios de respiración.

Las ideas para organizar el espacio provinieron de los miembros del personal, la Sra. Tawn Turnesa, la Sra. Amanda Green y la Sra. Amy Walsh. Dra. Brand dio prioridad a su creación este año escolar y trasladó las oficinas de la sala de orientación durante el verano para dejar espacio para Zen Den.









Esquina Colega



Un artículo en *Grown & Flown* comparte algunos de los mayores errores cometidos con la FAFSA y la ayuda financiera.

1. Creer en los consejos de personas que no están calificadas para darlos.

2. Decidir no solicitar ayuda financiera porque “nunca calificaremos”.

3. No presentar sus declaraciones de impuestos sobre la renta antes de solicitar ayuda financiera.

4. Incumplir el plazo institucional de la universidad.

5. Decidir no solicitar ayuda financiera como estudiante de primer año y planear solicitarla más adelante.

6. No tener un plan de ahorro para la universidad.

7. Recibir un bono laboral en el “año base” de la FAFSA.

8. Incluir el plan de ahorro 529 como un activo para estudiantes en lugar de un activo para padres.

9. Acumular ahorros en una cuenta propiedad del estudiante.

10. Permitir que los abuelos escriban el cheque directamente a la universidad.

11. Cuando los padres están separados o divorciados, pensar que es el padre con el que el estudiante pasa más tiempo quien completará la FAFSA.

12. Pedir prestado más de lo que puede pagar.

13. No aprovechar los préstamos federales para estudiantes a bajo interés.

4. “Si ella se mete en _____, ¡lo haremos funcionar!”

15. No llamar a la oficina de ayuda financiera cuando tenga una pregunta.

Para más información y detalles, puedes ver el artículo completo aquí.

Participando en el Festival del Área y todo el Estado



El Departamento de Artes Escénicas se enorgullece de anunciar que tenemos seis músicos que fueron seleccionados para participar en el Festival del Área-Todo el Estado: Sasha Marciano, Nina Lyppens, Sumi Margolis, Cynthia Pintado, Sydney Chin, Nola Vecesi.

Los estudiantes de los grupos de actuación preparan un solo de NYSSMA para evaluar su actuación y recibir comentarios positivos. Los solos de NYSSMA también son un vehículo para seleccionar miembros que participarán en la conferencia de NYSSMA y los festivales estatales del área.

Una vez que los estudiantes son seleccionados de todo Westchester, cada miembro aprende música y ensaya con un director invitado. El festival finaliza con un concierto.

Estos estudiantes ensayan muchas horas en preparación del concierto final. Los estudiantes seleccionados deben tener dedicación y una sólida ética de trabajo para estar en estos festivales. Es un honor tanto para un estudiante como para los maestros tener un estudiante seleccionado para estos conjuntos.

Uso de donaciones para proyectos de arte y STEM



La profesora de artes visuales Jane Lawrence recibió más de $1,500 en donaciones a través de Donors Choose para comprar plantas para usar en un jardín interior y como catalizador para proyectos artísticos.

Tiene dos aulas en las que trabaja este año y centra su enseñanza en dos prácticas: brindar a los estudiantes la oportunidad de practicar la propiedad de su espacio y enseñarles a encontrar y apreciar la belleza.

Los estudiantes tomarán fotografías surrealistas de las plantas, crearán proyectos STEM para nutrirlas y construirán a mano vasijas de barro para sostenerlas (¡y con suerte enviarán esquejes a casa después de que las propaguen!).

Aprender la química en odontología

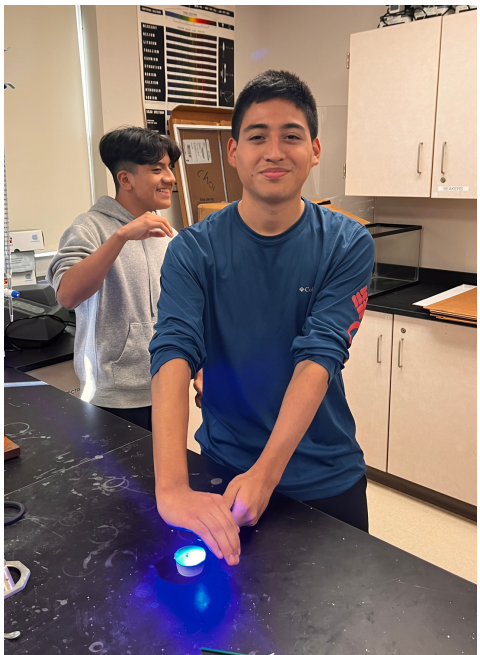
El 23 de octubre, el Dr. Robert Gold D.D.S visitó la clase de Química AP para demostrar las propiedades de agentes adhesivos innovadores. Estos materiales adhesivos son mucho más fuertes que los utilizados en el pasado.

También habló de los diversos productos químicos, p. ácido clorhídrico para preparar el esmalte y nuevos materiales compuestos para sellar la cavidad.

Después de la presentación, los estudiantes pudieron conectar materiales usando un gel que se endurecía al exponerse a la radiación ultravioleta. La presentación mostró las aplicaciones de conceptos estudiados en química como la espectroscopia de masas y los monómeros químicos activados por ultravioleta.

Además, el Dr. Gold compartió sus experiencias asistiendo a la escuela de odontología y como dentista. Si está interesado en compartir sus conocimientos y experiencias educativas y profesionales en un campo STEM, comuníquese con el presidente del departamento de ciencias, Jason Choi.







Desde el escritorio del director (cont.)...

Limitar el tiempo frente a la pantalla. Establecer espacios y horarios de estudio. Supervisar sus redes sociales. Hacer un seguimiento de sus amistades. Ser claro y consistente sobre las consecuencias, y llevarlas a cabo de manera firme.

• Establezca Expectativas Realistas: Animen a su adolescente a establecer metas académicas y personales alcanzables. Enfóquense en el esfuerzo y el progreso, en lugar de solo en las calificaciones o reconocimientos. Eviten las comparaciones con compañeros o familiares. Ayúdenles a comprender que está bien cometer errores y aprender de ellos. Aunque sea tentador querer protegerlos del fracaso o conflicto, esas experiencias son clave para que desarrollen estrategias de autodisciplina y crecimiento personal.

• Supervise su Progreso: Realice un seguimiento del progreso social, emocional y académico de su adolescente. Mantenga conversaciones con ellos y haga preguntas específicas sobre las personas importantes en sus vidas. Intente conocer sus nombres y cualidades. También esté al tanto de su trabajo escolar, revisando sus calificaciones y tareas. Puede que se resistan, pero esta vigilancia puede ayudarles a no desviarse del camino (una habilidad que a muchos adolescentes les cuesta dominar).

• Fomente la Participación en Actividades Extracurriculares: Los clubes, grupos de música y teatro, sociedades de honor, actividades de servicio y deportes son a menudo el lugar donde los estudiantes descubren sus pasiones, intereses y personas similares a ellos. Anime a su hijo(a) a explorar actividades extracurriculares que estén alineadas con sus intereses y talentos, y déle la libertad de dejar de lado las cosas que antes le gustaban pero que quizás ya no le gusten.

• Sea voluntario y participe: Considere la posibilidad de ser voluntario en eventos escolares, participando en la Asociación de Padres y Maestros (PTA), apoyando las actividades de recaudación de fondos o incluso asistir a funciones escolares. Su presencia activa en la comunidad escolar no sólo da un ejemplo positivo sino que también le muestra a su hijo adolescente que su vida y sus experiencias son importantes para usted.

Recuerde, cada adolescente es único y su enfoque de crianza puede necesitar adaptarse a sus necesidades y personalidad específicas. Al mantenerse involucrado, ofrecer apoyo y fomentar un ambiente afectuoso, puede desempeñar un papel fundamental en el éxito académico y el desarrollo personal de su adolescente.

Debbie Brand

Próximos Eventos

Diciembre

9 de diciembre: ACT
9 de diciembre: Feria del libro de la PTA de HS/MS
14 de diciembre: Reunión de la Junta de Educación
16 de diciembre : Impulsores de las artes escénicas Desayuno con Santa
22 de diciembre: Informes provisionales publicados
25 de diciembre - 2 de enero: Receso festivo

Enero

1 - 2 de enero: Receso festivo
9 de enero: Día de diálogo con ex alumnos de HS
11 de enero: Reunión de la Junta de Educación
15 de enero: No hay clases - Día de Martin Luther King, Jr.
23 - 26 de enero: exámenes parciales
25 de enero: Junta Reunión de Educación del
26 de enero: Finaliza el segundo período de calificaciones