



# GEAR UP Monthly Minute

News & information about  
planning after high school

Edición Diciembre 2022



**EVENTOS Y  
ANUNCIOS**



## GANAS: LA CLAVE DEL ÉXITO PARA SU ESTUDIANTE

Los estudiantes que logran el éxito escolar no solo son buenos en memorizar información y leer rápido. Nuevos estudios indican que cosas como “habilidades no-cognitivas”, perseverancia y autorregulación podrían ser igual de importante en el salón como en la vida real. Estas habilidades pueden ser:

**LA CAPACIDAD PARA ADAPTARSE:** La habilidad de regresar de con fuerza después de un problema o estrés.

**GANAS:** Perseverancia y pasión para metas de largo plazo.

**CONCIENCIA:** Una tendencia de ser ordenado, tener control, ser responsable y ser dispuesto a poner en pausa la gratificación.

**CREATIVIDAD:** La voluntad de romper con lo normal y desafiar lo que ya sabemos para crear nuevas ideas.

**ENFOQUE:** La habilidad de ver solo una cosa a la vez e ignorar a las distracciones.

**AUTORREGULACIÓN:** El conocimiento de lo verdaderamente importa y la disciplina de evitar las tentaciones y ver solo una cosa a la vez.

Estas características son especialmente importantes cuando un estudiante va a la universidad y entra a su carrera: manejar su tiempo es esencial cuando no es requerido ir a clase, y buena comunicación es importante para confortarse con un compañero de cuarto o un pedir ayuda de un profesor. Usted le puede ayudar a su estudiante a desarrollar estas características poniéndole retas y apoyándolo. Desde ahorita puede darle metas, compartir sus expectativas y fomentar persistencia.

## MANTÉNTE PRODUCTIVO DURANTE LAS VACACIONES DE INVIERNO

Mantén un horario de sueño  
Lee al menos un libro  
Mantén atento a tus  
correos electrónicos  
Verifica la FAFSA y las  
solicitudes universitarias  
Las vacaciones de invierno  
son para descansar, pero  
también es bueno  
mantenerse productivo.

## EXTRA CREDIT:

[Todo lo que necesita saber  
sobre los centro de estudios  
superiores: Preguntas  
frecuentes](#)

## LISTA DE FAMILIAS

Help your student set goals for academic and personal interests. Start by setting goals for personal interests (in sports, extracurricular activities, etc.), then help set ones for academic achievements. Ask your student to envision both the benefits and the obstacles in achieving each goal.

## MITOS Y REALIDADES DE COLEGIO Y UNIVERSIDADES:

**MITO:** Las universidades solo les importa el desarrollo intelectual y académico de mi estudiante.

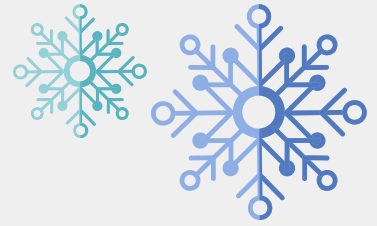
**REALIDAD:** Muchas universidades se orgullecen de su capacidad para “desarrollar al estudiante completamente.” Parte de este desarrollo personal requiere una educación que es amplia y contribuye al conocimiento de todo el mundo y nuestra sociedad. Este aprendizaje se lleva acabo en los dormitorios, donde los estudiantes aprenden tolerancia hacia otras personas. También hay servicios para que los estudiantes aprendan a manejar su tiempo, a desarrollar relaciones, a escoger su carrera y hacer servicio comunitario.

### SABÍAS:

La inteligencia es como un músculo: los cambios en el cerebro son basados en las experiencias y esfuerzos de sí mismo. Cuando los estudiantes tienen ganas de crecer – pueden desarrollar y mejorar su inteligencia y habilidades y muestran mayor niveles de motivación, mejores calificaciones y resultados en sus exámenes.



## TUTOR.COM



Saltar a buenos hábitos de estudiar por usar Tutor.com cuando necesita ayuda. ¡Iniciar sesión LIBRE hoy!

Solo tiene que iniciar sesión:

[www.tutor.com/appstate](http://www.tutor.com/appstate) y usa su identificación escolar (PowerSchool ID) por usuario, y 'gearup' por clave.

¡Recibe ayuda viva de tutores en línea hoy!

*¡El programa de GEAR UP a la universidad Appalachian le ofrece tutoría 24 horas al día, 7 días a la semana, en matemáticas, ciencias, historia, Inglés, escritorio, y más!  
¡También puede subir un ensayo, y adentro de 24 horas, recibir una crítica de su papel con sugerencias de cómo mejorarlo!*

Síguenos a media social  
HACE CLIC AQUÍ



# COLLEGE

**Dream It. Plan It. Do It.**