

Chapter 9

Tables, Graphs, and Functions

Dear Family,

Keeping to a regular program of exercise can be a chore. Choosing an activity that you enjoy is a good start. However, we often need extra motivation. Setting goals and keeping track of your progress can be a great way to keep you going.

You and your student can use a table to keep track of your exercise program. Each day, you can record what you did. Choose the type of information you want to record. Decide whether you are counting the number of repetitions, the distance, the length of time, or the speed.

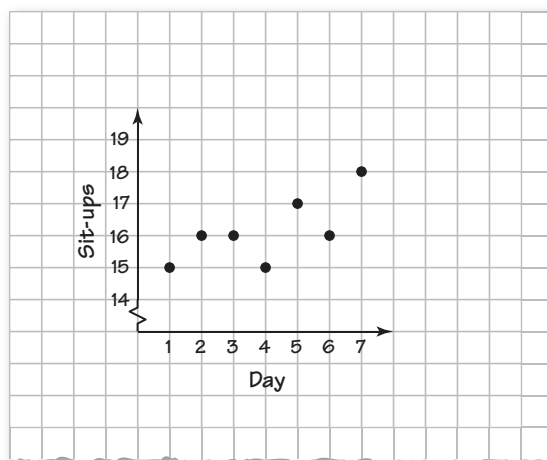
Help your student make a graph of the data in your table. Ask your student how the graph helps you visualize your progress. You may ask your student the following questions:

- "If we are counting repetitions, do we want the graph to go up or down?" Your student will likely say "up."
- "How about if we are counting the length of time, do we want the graph to go up or down?" Your student will likely say "down."
- "Judging from the graph, are we going to make our goals?"

You and your student may choose to compare your data. Talk about a strategy to do this. It may not be fair to directly compare the data—talk about a way to compare the graphs. How fast are you both approaching your goal?

Here's hoping you reach your goals together!

Day	Miles Run	Sit-ups
1	1.1	15
2	1.1	16
3	1.1	16
4	1.2	15
5	1.2	17
6	1.2	16
7	1.2	18



Capítulo 9

Tablas, Gráficos y Funciones

Estimada Familia:

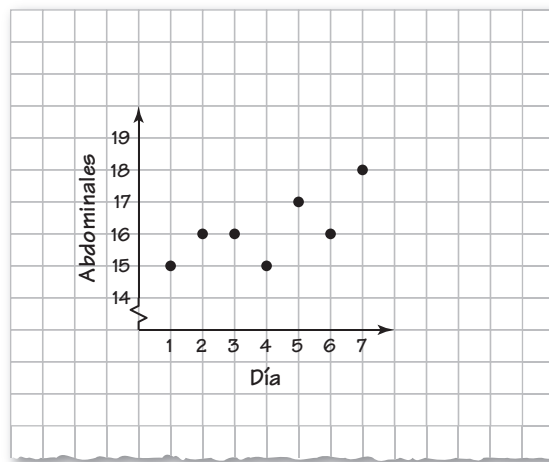
Apegarse a un programa regular de ejercicios puede ser toda una faena. Elegir una actividad que disfrute hacer es un buen comienzo. Sin embargo, con frecuencia necesitamos una motivación adicional. Establecer reglas y hacer un seguimiento de su progreso puede ser una buena manera de mantenerse activo.

Usted y su estudiante pueden usar una tabla para hacer un seguimiento de su programa de ejercicios. Cada día, pueden registrar lo que hayan hecho. Elijan el tipo de información que desean registrar. Decidan si están contando el número de repeticiones, la distancia, la duración de tiempo o la velocidad.

Ayude a su estudiante a hacer un gráfico de datos en su tabla. Pregunte a su estudiante cómo ayuda el gráfico a visualizar su progreso. Puede hacer a su estudiante las siguientes preguntas:

- "Si estamos contando repeticiones, ¿queremos que el gráfico vaya para arriba o abajo?" Su estudiante probablemente dirá "para arriba."
- "Y si estamos contando la duración de tiempo, ¿queremos que el gráfico vaya para arriba o abajo?" Su estudiante probablemente dirá "para abajo."
- "A partir del gráfico, ¿vamos a alcanzar nuestras metas?"

Mi Progreso de Ejercicios		
Día	Millas Recorridas	Abdominales
1	1.1	15
2	1.1	16
3	1.1	16
4	1.2	15
5	1.2	17
6	1.2	16
7	1.2	18



Usted y su estudiante pueden elegir comparar sus datos. Conversen acerca de una estrategia para lograr esto. Puede no ser justo comparar directamente los datos—conversen acerca de una manera para comparar los gráficos. ¿Qué tan rápido se están acercando a su meta?

¡Esperamos que alcancen sus metas juntos!

Chapít
9

Tablo, Graf, ak Fonksyon

Chè Fanmi:

Kenbe yon pwogram egzèsis regilye kapab yon kòve. Chwazi yon aktivite ou renmen se yon bon kòmansman. Sepandan, nou souvan bezwen motivasyon anplis. Tabli bi epi pran nòt pwogrè ou kapab yon bon jan pou fè ou kontinye.

Ou menm ak elèv ou a kapab sèvi ak yon tablo pou swiv fil pwogram egzèsis ou a. Chak jou, ou kapab note sa ou fè. Chwazi tip enfòmasyon ou vle note yo. Deside si w'ap konte kantite repetisyon, distans, kantite tan, oswa vitès la.

Ede elèv ou a fè yon graf done yo nan tablo ou a.

Mande elèv ou a kijan graf la ede ou vizyalize pwogrè ou. Ou gen dwa poze elèv ou a keksyon sila yo:

- "Si n'ap konte repetisyon, èske nou vle pou graf la monte oubyen desann?" Elèv ou a ap siman di "monte".
- "È si n'ap konte kantite tan an, èske nou vle pou graf la monte oubyen desann?" Elèv ou a ap siman reponn "desann".
- "Dapre graf la, èske n'ap atenn bi nou?"

Ou menm ak elèv ou a gen dwa chwazi konpare done nou yo. Pale sou estrateji pou fè sa. Sa gen dwa pa jis pou konpare done yo dirèkteman—pale sou yon jan pou konpare graf yo. Ak ki vitès nou tou de ap pwoche bi nou?

Nou swete nou atenn bi nou yo ansanm!

Pwogrè Egzèsis Mwen		
Jou	Mil Mwen Kouri	Redrèsman Chita
1	1.1	15
2	1.1	16
3	1.1	16
4	1.2	15
5	1.2	17
6	1.2	16
7	1.2	18

