

¡Empieza la escuela secundaria!

Una guía para
ESTUDIANTES
en transición a la
escuela secundaria





Ha llegado el momento.

¡Prepárate porque **empieza la escuela secundaria!** Una transición exitosa de la escuela media a la escuela secundaria prepara el terreno para tu logro académico, desarrollo personal y madurez para la universidad y la carrera. Aunque es posible que estés listo para más responsabilidad e independencia, también necesitas saber de qué manera la escuela secundaria será diferente. El inicio de la escuela secundaria es un nuevo comienzo. Estás dejando atrás un edificio y maestros conocidos para dar un paso importante hacia tu futuro. Es una época no sólo para hacer amigos nuevos y probar clases diferentes, sino también para agregar responsabilidades y libertades. Las decisiones que tomes y opciones que elijas durante la escuela secundaria muy probablemente influirán en el rumbo que sigas después de la graduación. A medida que te acercas a este nuevo comienzo es natural sentirse ansioso y preguntarse cosas como: ¿Mis clases me ayudarán a cumplir mis sueños? ¿Qué actividades extracurriculares debería elegir? ¿Cómo voy a equilibrar las actividades académicas y extracurriculares o el trabajo? ¿Qué quiero hacer después de la escuela secundaria? ¿Cómo voy a manejar más responsabilidad?

Para ayudar a responder a estas preguntas, este cuadernillo se concentra en cinco áreas de enfoque que están identificadas como particularmente importantes para la vida de un estudiante de escuela secundaria:

- Descubrir quién eres
- Aprender a balancear
- Antes de que llegue el reporte de calificaciones
- El plan de graduación
- Participación en la escuela secundaria

Comprender qué esperar cuando empieces la escuela secundaria y desarrollar buenos hábitos ahora, te ayudarán a disfrutar una transición fluida a la escuela secundaria. Has estado esperando este momento por mucho tiempo, por lo tanto continúa leyendo para enterarte qué sucede en la escuela secundaria para que puedas tomar las decisiones adecuadas.

Descubrir quién eres

Descubrir quién eres en una escuela nueva, más grande, con más estudiantes puede ser una experiencia desafiante pero emocionante. No sólo conocerás a estudiantes de primer año como tú por primera vez, sino también estudiantes mayores que probablemente no conozcas. Hay tantas oportunidades para conocer gente como clases más grandes y nuevos clubes y organizaciones para asociarse. La participación en clubes escolares y actividades extracurriculares luce excelente en tu solicitud de ingreso a la universidad, pero no te preocupes por asociarte a todos los clubes posibles. Los clubes serán más gratificantes si eres miembro activo en unos pocos clubes que te interesen, pero no temas probar algo nuevo. Al inicio del año escolar, todos están entusiasmados por conocer gente nueva y hacer amigos nuevos, pero tómate tiempo para conocer a la gente antes de desarrollar relaciones y crear confianza. Los amigos pueden influenciar tus decisiones, por lo tanto asegúrate de elegir amigos que no sólo compartan los mismos intereses que tú, sino que también quieran ver que te desempeñes bien en la escuela. Ten cuidado con la información que compartes con amigos nuevos en la escuela durante una conversación y especialmente por Internet y los medios sociales. La escuela secundaria puede ser un nuevo comienzo, pero es conveniente que empieces con una buena reputación y que protejas tu privacidad.



Desarrollo de nuevas relaciones

- Encuentra clubes, organizaciones y actividades que disfrutes
- Pide a tus compañeros de clase que asistan a eventos de la escuela contigo
- Piensa en cuáles son cualidades importantes en un amigo
- Encuentra actividades positivas para expresarte como el ejercicio, escribir o escuchar música
- Concéntrate en ti mismo — no te compares con los demás
- Evita hacer juicios sobre la gente antes de conocerla
- Mantente alejado de escuchar o compartir historias sobre otros estudiantes

Actividades extracurriculares:

- Equipos de atletismo
- Grupos de artes visuales/escénicas
- Clubes académicos
- Organizaciones de voluntarios
- Grupos de intereses en carreras
- Organizaciones de liderazgo
- Clubes de honores
- Organizaciones comunitarias

Aprender a balancear

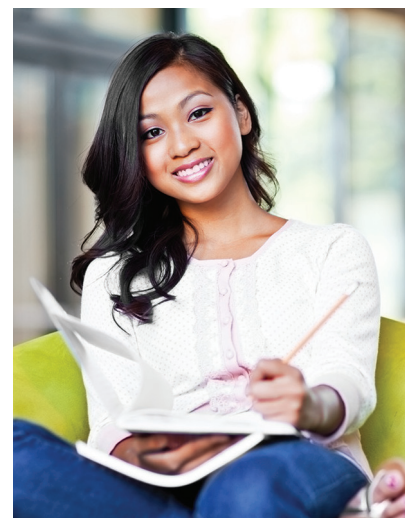
Aprender a balancear tus clases, actividades extracurriculares, amigos y familia, y posiblemente un trabajo requiere algo de habilidad y mucha organización. Tus profesores y padres esperarán que lleves el control de tu propio cronograma en la escuela secundaria y ya no te recordarán tus fechas de entrega o tareas. Es muy probable que los profesores asignen proyectos de largo plazo que requerirán que trabajes a tu propio ritmo y en grupos. Alcanza tus metas de largo plazo dividiéndolas en objetivos más pequeños que puedas sacar de tu lista cuando estén cumplidos. Desde tu mochila de libros y casillero hasta tu agenda y área de estudio, mantén todo organizado para ahorrar tiempo y evitar que se pierda la información. Si te sientes abrumado con tu carga académica y compromisos, toma un momento para repasar tus prioridades o hablar con tu padre/madre, un consejero de la escuela o un adulto de confianza sobre la mejor manera de administrar tu tiempo. Hay muchos beneficios en tener un trabajo de tiempo parcial en la escuela secundaria y participar en organizaciones, pero recuerda que el trabajo más importante es desempeñarse bien en la escuela.

Administrar tu tiempo

- Repasa y actualiza tu calendario regularmente
- Anota las tareas y las fechas de entrega antes de irte de la clase
- Copia las fechas claves de tu plan de estudios para cada clase en tu calendario al inicio de cada semestre
- Intenta terminar las tareas con anticipación para evitar que se acumule el trabajo
- Descubre qué te motiva para terminar tu trabajo
- Programa con anticipación para dejar tiempo suficiente para hacer todo
- Asume la responsabilidad por ti mismo y evita dejar las cosas para más tarde
- Dedicar tiempo a relajarte y hacer algo que disfrutes

Mantener un cronograma:

- Agenda del estudiante
- Agenda anual
- Calendario en línea
- Manual del estudiante
- Calendario familiar





Antes de que llegue la boleta de calificaciones

Antes de que llegue la boleta de calificaciones hay unas pocas diferencias sobre la escuela secundaria que necesitas saber para estar preparado para tus clases. Es posible que los profesores no brinden tantas oportunidades para que obtengas calificaciones, por lo tanto no puedes darte el lujo de dejarte estar en las tareas o exámenes. Las materias que cursas en la escuela secundaria son más desafiantes porque están diseñadas para prepararte para la universidad y las carreras potenciales. Pero no te preocupes, los profesores ofrecen clases particulares antes o después del horario escolar para brindar tiempo extra para ayudar a los estudiantes. Incluso los estudiantes con mejor desempeño en clase en la escuela secundaria toman clases particulares para obtener ayuda extra. Otra diferencia importante en la escuela secundaria es mantener tu promedio de calificaciones general y desarrollar tu certificado de estudios. Desafortunadamente, no tienes la posibilidad de empezar de nuevo cada año en la escuela secundaria, por lo tanto asegúrate de mantener tus calificaciones altas y crear un buen promedio general en primer año. La mayoría de los profesores te darán un plan de estudios, necesario mantenerlo como guía para la clase. Recuerda que tus profesores están para ayudarte, por lo tanto asegúrate de pedirles cuando necesites asistencia extra.

Alcanzar tu potencial

- Escucha activamente en clase, formula preguntas y toma buenos apuntes
- Repasa tus apuntes todos los días incluso si tu profesor no asigna tarea
- Organiza tus apuntes y el material de la clase
- Aprende el sistema de calificación de tu escuela para determinar tu promedio de calificaciones y tu puesto en la clase
- Haz un seguimiento de las calificaciones de tu clase para saber cómo te estás desempeñando
- Habla con tus profesores para pedir ayuda adicional antes de atrasarte
- Estudia fragmentos de información más pequeños en forma regular en períodos de tiempo más cortos

El plan de graduación

Todos los estudiantes de escuela secundaria desarrollarán su propio **plan de graduación**, que asegura que estén bien encaminados para graduarse y alcanzar sus metas. Asegúrate de estar cursando las materias adecuadas todos los años para obtener tu diploma de escuela secundaria y también cumplir los requisitos de admisión para universidades potenciales. Recuerda, eres responsable de tus planes ahora. Cada año en la escuela secundaria debes cursar materias como inglés/artes del lenguaje, matemáticas, ciencia y estudios sociales. Para graduarse en la escuela secundaria, los estudiantes también necesitan aprobar educación física/salud además de completar determinadas materias de orientación profesional como carrera, educación técnica y agrícola, estudios académicos avanzados, idiomas del mundo o bellas artes/artes escénicas. Los estudiantes de escuela secundaria incluso tienen la oportunidad de obtener créditos para la universidad antes de graduarse a través de ciertas materias de nivel avanzado o diferentes programas de inscripción simultánea en universidades participantes. Inicia la búsqueda de universidades y carreras con anticipación explorando las diferentes opciones de universidades, escuelas técnicas o militares que te interesen y averigua qué materias pueden ser necesarias. Con tantas opciones y decisiones, es importante que participes activamente en seleccionar tus materias y averiguar sobre la mejor dirección posible para ti después de la escuela secundaria.

Cómo definir el rumbo

- Programa una cita con tu consejero de la escuela secundaria
- Explora diferentes posibilidades de carrera mediante nuevas materias de orientación profesional
- Rinde exámenes de práctica para el ingreso a universidades y utiliza los recursos de práctica disponibles en tu escuela
- Aprende más sobre ti mismo – completa una encuesta de intereses de carrera
- Asiste a eventos sobre carreras y universidades en tu escuela y lugares cercanos
- Visita facultades y universidades locales con tu familia
- Prepara una carpeta para guardar información sobre posibles universidades y planes de carrera

Plan de estudios:

Un esquema de los temas que se tratarán en tu clase, que por lo general describe información específica incluyendo la información de contacto de tu profesor, la política de calificación y un cronograma de las fechas de exámenes.

Certificado de estudios:

Un registro permanente de todas las materias cursadas en la escuela secundaria y las calificaciones obtenidas desde el primer año hasta la graduación. También puede incluir tu puesto en la clase y las calificaciones en ciertos exámenes.

Grupos de carreras de Georgia:

Grupos de diferentes ocupaciones que están basados en un conjunto común de conocimientos y habilidades, que incluyen materias de orientación profesional con clases de carrera y técnicas conectadas.

¿Cómo participo en las actividades de mi escuela?

Muestra espíritu escolar. Esto no significa usar los colores de la escuela todos los días, sino tratar de asistir a los eventos deportivos, grupos para animar a los equipos, bailes escolares y obras teatrales para conocer gente fuera de la clase. Tus años de escuela secundaria estarán colmados de actividades divertidas, oportunidades sociales y otros eventos que crearán recuerdos y nuevas amistades.

Descubre tu pasión. La escuela secundaria estimula a los estudiantes a trabajar en pos de sus intereses explorando nuevas clases, clubes y organizaciones. Si tu escuela no ofrece un club que coincida con tus intereses, habla con tu director o profesores sobre la posibilidad de crear un grupo nuevo.



Devuelve a la comunidad. Encontrar tiempo para ser voluntario y realizar servicio comunitario no sólo ayuda a los demás sino que es personalmente gratificante. Completar horas de servicio también es una buena manera de agregar brillo a tus solicitudes de ingreso a la universidad. Piensa en maneras en que puedes desarrollar consciencia para una causa digna o ayudar a las personas que tienen necesidades.

Mantén tus ojos y oídos abiertos. Seguir las noticias y la información sobre lo que sucede en la escuela secundaria puede ser un desafío. Asegúrate de prestar atención a los anuncios sobre oportunidades que podrían beneficiarte. Consulta el sitio web de tu escuela en forma regular y otras pizarras de anuncios en el edificio para obtener información sobre becas, competencias, reuniones y demás información útil.

Mantén informados a tus padres. En la escuela secundaria, los padres y profesores confían más en que los estudiantes lleven la información a sus familias. Asegúrate de mantener informados a tus padres de modo que sepan qué está sucediendo en la escuela y cómo formar parte de tu éxito allí.

Encuentra tu sistema de apoyo. Desde los profesores y consejeros hasta los amigos y familia, la escuela secundaria está colmada de personas que quieren verte tener éxito. Busca esa gente cuando necesites ayuda para resolver un problema o empieces a sentirte molesto. Hay múltiples fuentes de apoyo en las que puedes confiar en la escuela secundaria.

Dedícate a conocer a tus profesores. Los profesores son una fuente de información y no sólo de lo que figura en el libro de texto. También son instructores, asesores, patrocinadores de clubes, tutores y mentores. Escriben cartas de recomendación para ayudar a los estudiantes cuando buscan empleo o solicitan ingreso a la universidad. Dedicar tiempo a asegurarte de que tus profesores te conozcan de modo que puedan ayudarte a alcanzar tus metas.

Sal de tu zona de comodidad. En la escuela secundaria lo importante es aprender y aprendemos cuando probamos cosas nuevas. Ya sea dar un discurso frente a la clase por primera vez o hacer una audición para la obra teatral de la escuela, intenta algo nuevo. Podría sorprenderte lo que aprendes sobre ti mismo.

Participa en la comunidad. Averigua sobre las actividades y clases de atletismo ofrecidas en tu centro de recreación local, las oportunidades para ser mentor y los diferentes programas para después del horario escolar y el verano disponibles en la comunidad. Estas son excelentes maneras de conocer otros estudiantes de tu escuela y escuelas vecinas.



Visita a nuestros socios para obtener más información sobre la transición a la escuela secundaria

Departamento de Educación de Georgia
www.gadoe.org

Georgia Student Finance Commission
www.gsfc.org

Georgia Statewide Afterschool Network
www.afterschoolga.org

Georgia Parent Teacher Association (PTA)
www.georgiapta.org

Georgia Family Connection Partnership
www.gafcp.org

United Way of Metropolitan Atlanta
www.smartstartga.org y www.uwma.org

Communities in Schools of Georgia
www.cisga.org

