



¡La Escuela Secundaria Importa!

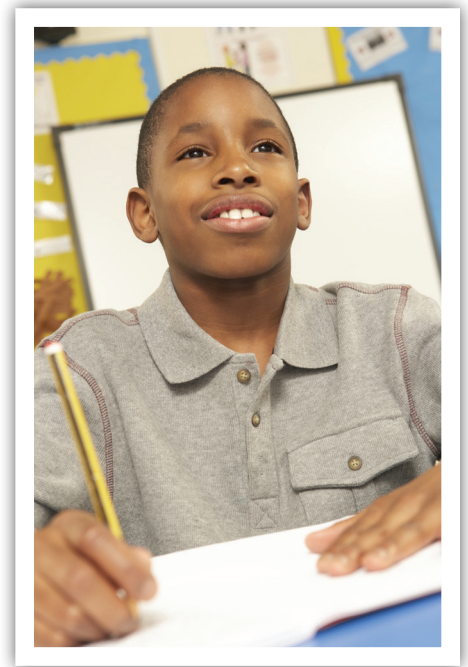
Una Guía para **Estudiantes** sobre
la Transición a la Escuela Secundaria



Pasar a la Escuela Secundaria es un momento excitante porque ya por fin has finalizado la escuela primaria. Por otro lado, ya no serás más uno de los niños mayores de la escuela sino uno de los más jóvenes. En cuarto o quinto grado, comenzarás a participar en actividades escolares ofrecidas por los administradores, consejeros, maestros, especialistas de medios o negociantes locales que ayudarán a contestar preguntas que tengas sobre la escuela secundaria. Estas actividades te ayudarán a desarrollar las destrezas necesarias, conocimiento y actitudes para tener éxito cuando hagas la transición de la escuela primaria a la escuela secundaria. Algunas preguntas que puedes tener son: “¿Qué tanta tareas me darán y cómo obtendré ayuda si la necesito?”; “¿Qué hago si veo hostigamiento (bullying) o me hostigan a mí?”; “¿Cómo hago nuevos amigos?”; y “¿Cómo son diferentes las reglas de la escuela?”

Este folleto ayudará a contestar estas preguntas resaltando 5 temas importantes:

- **Hacer Nuevos Amigos**
- **Tener Tiempo para Todo**
- **Clases y Calificaciones**
- **Creciendo y Cambiando**
- **¿Qué Quiero Ser Cuando Crezca?**



Al entrar a la escuela secundaria, es común el ser bombardeado con cambios que te pueden abrumar. Estás en un edificio nuevo, conociendo a personas nuevas y tu cuerpo está creciendo. Si no aprendes como lidiar con estos cambios, entonces estos pueden afectar tu capacidad de ajustarte, influenciando así tus relaciones con otros o tus logros académicos. Continúa leyendo para aprender más sobre lo que puedes hacer para asegurar que tengas una transición exitosa a la escuela secundaria.

Hacer Nuevos Amigos es una de las muchas experiencias que tendrás en la escuela secundaria. Debido a la variedad de cursos y actividades en la escuela secundaria, las diferencias entre tú y tus compañeros se vuelven más obvias. Probablemente notarás a niños que son muy buenos en lo académico, otros que se distinguen en la cancha de juego, y otros que les interesan las artes. Algunas veces las personas forman “cliques” o grupos basados en lo que tienen en común. Asegúrate de que tu grupo no excluya a otros niños por razones sin importancia. Otra parte de la escuela secundaria es aprender como manejar tus emociones en una forma positiva sin tomar todo personal. Algunas veces esto significa pedir ayuda para ajustarte a las relaciones o trabajar en una solución tu mismo. Por ejemplo, puedes experimentar estar en un proyecto en grupo que no se completa a tiempo debido a que un miembro del grupo que no está haciendo su parte. Aunque le puedes pedir ayuda a un familiar, maestro o consejero, ellos pueden decidir darte tiempo a que lo pienses primero y que tomes una decisión sobre como lidiar con la situación y llegar a una solución por ti solo.

Intentando Cosas Nuevas

- Preséntate a los otros estudiantes en tu clase
- Involúcrate en clubes, deportes, banda/coro/drama
- Hazte voluntario de algo que te interese
- Trata de hacer más por ti solo

Entendiendo Nuevas Actitudes

- Comparte y aprecia tus diferencias con otros estudiantes
- Está pendiente de emociones intensas
- Pide privacidad
- Lidia con enojo/estrés hablando con un familiar, poniéndote activo o meditando

Tener tiempo para todo Lo que quieras hacer durante el día, semana o mes sin sentirte abrumado requerirá que desarrolles destrezas de manejo de tiempo. Ahora es el momento de mantener un buen calendario de tareas y actividades para que no te sientas atrasado constantemente. Tendrás que encontrar un equilibrio entre lo que tienes que hacer y lo que quieres hacer. Considera cuales serían las consecuencias si decides no estudiar para un examen de matemáticas y ves una película en su lugar. Trata de crear una lista de “Posibles Consecuencias” para ayudarte a tomar estas decisiones. Anticipa que trabajarás diariamente en tareas y proyectos a largo plazo. Recuerda las reglas de tu familia sobre cuando debes llegar a casa y cuanto tiempo puedes ver televisión o usar la computadora. Durante el verano antes de que comiences la escuela secundaria, trata de asistir a un campamento de transición a la escuela secundaria u otra actividad ofrecida para familiarizarte con tu nuevo edificio y tu horario de clases. Hazte una meta de conocer a otros estudiantes nuevos mientras estas allí.

Como Organizar Tu Día

- Llega a tiempo a la escuela/las clases
- Encuentra tu casillero y aprende como moverte alrededor de la escuela
- Descubre si tu horario cambiará diariamente/ semanalmente
- Usa un calendario de tareas y actividades
- Trabaja en las asignaciones difíciles primero
- Toma un descanso y diviértete



Clases y Calificaciones determinarán lo que estás supuesto a aprender en la escuela secundaria y cuanto éxito tendrás aprendiendo el material. A los estudiantes se les requiere tomar las siguientes clases: *Inglés/Artes del Lenguaje, Matemáticas, Ciencia y Estudios Sociales*. Puedes también tener la oportunidad de tomar *Educación Física, Educación de Carreras, Técnica y de Agricultura, o Idiomas del Mundo*. Hazte una meta de conocer a todos tus maestros durante oportunidades de transición a la escuela secundaria. Repasa todos los requisitos de tareas y calificaciones, y si es necesario, pídele ayuda a tu maestro(a) antes/después de la escuela. Mantente informado sobre cursos electivos que puedan estar disponibles para que escojas basado en tus intereses personales y metas de carrera.



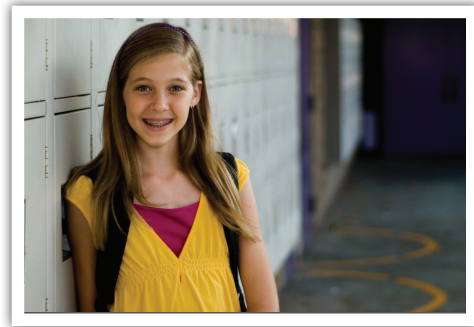
Obteniendo las Calificaciones

- Entiende los requisitos de calificaciones
- Levanta la mano, haz preguntas, y busca ayuda cuando sea necesario
- Anticipa más tareas
- Entiende que cada tarea incompleta afectará tus calificaciones
- Asiste a clases diariamente
- Está preparado para cada clase
- Mantente bien descansado y con energía para cada día

Creciendo y Cambiando. Esto ocurrirá durante los próximos años. Las niñas empiezan a cambiar físicamente entre las edades de 8 a 13. Los cambios físicos en los niños comienzan, en promedio, dos años después. Tu cerebro se desarrolla mucho más rápido durante este tiempo también. Notarás que un día tú y tus padres se llevan bien y al día siguiente es completamente lo opuesto. Otro día tus pantalones te sirven bien y al día siguiente están muy cortos. Puedes comenzar a dormir hasta más tarde los fines de semana. No te preocupes, todo esto es parte del desarrollo normal. Es un proceso natural, acéptalo y planea de acuerdo a esto. Tómate el tiempo de averiguar quien eres. No dudes en pedirle a un familiar que te escuche cuando necesites ayuda resolviendo problemas o cuando tengas una idea que compartir.

Cambios en el Cerebro y el Cuerpo

- Piensa antes de actuar
- Usa lo que sabes para resolver un problema
- Date cuenta que los cambios en el cuerpo son naturales
- Haz preguntas sobre cambios que no entiendes
- Discute las nuevas responsabilidades físicas y mentales que vienen con la pubertad



Qué Quiero Ser Cuando Crezca es una pregunta que padres y maestros te han pedido que pienses desde que eras un niño(a) pequeño(a). Hay varias cosas que puedes hacer en la escuela para prepararte para un trabajo en el futuro. Estas son: asistir a un día de carreras en la escuela (Career Day); investigar diferentes tipos de trabajos; tener buenas calificaciones; o trabajar en grupos. Durante este tiempo puedes obtener conocimiento sobre la naturaleza del trabajo y empezar a formar ideas sobre tus metas de carreras futuras. Los consejeros escolares te ayudarán a descubrir cuales son tus intereses dándote una encuesta para llenar en clase. Pídele a tu familia que te ayude a crear un plan de graduación individual basado en tus metas de carrera.

Pensando Más Allá de la Escuela Secundaria – Lo Que Quiero Ser

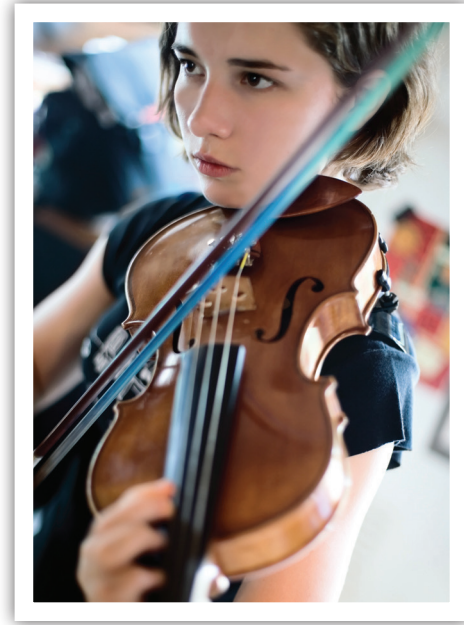
- Descubre quien eres
- Determina hacia donde quieres ir
- Haz un plan para llegar ahí
- Visita el lugar de trabajo de un familiar o amigo
- Toma clases que te puedan preparar para tus intereses de carrera
- Usa sitios Web en la computadora tales como www.GACollege411.org para ayuda



¿Cómo Me Puedo Involucrar En Mi Escuela?

Es importante sacarle el máximo provecho a tus años de escuela secundaria, aprovechando todas las nuevas oportunidades de auto-descubrimiento y crecimiento. Revisa las ideas a continuación para algunas formas de ayudarte a comenzar en el camino correcto.

- **Encuentra tu chispa y muéstrala.** Descubre lo que te interesa aprovechando todas las oportunidades de aprendizaje disponibles en la escuela secundaria. Prueba cosas nuevas para descubrir lo que te motiva. Comparte tu pasión con tus padres, personal escolar y amigos para que puedan apoyar tus metas.
- **Explora los clubes de estudiantes y actividades.** Únete al club de fútbol americano o fútbol (soccer), hazte miembro del club de español o de ajedrez. Asiste a un baile, toca un instrumento en la banda, canta en el coro o explora un programa después de la escuela. Pregúntale a tu consejero escolar o maestro(a) como averiguar que ofrece tu escuela y las formas en que te puedes involucrar.
- **Pon las actividades escolares en el calendario familiar.** Busca en tu manual estudiantil una copia del calendario escolar y pon las fechas importantes en el calendario familiar. Agrega fechas de exámenes y fechas límites de proyectos, así como otros eventos que surgen durante el año tales como eventos deportivos, reuniones de clubes, o bailes a los que quieras asistir.
- **Participa en oportunidades de liderazgo estudiantil.** Decide concursar para un asiento en el consejo estudiantil o como oficial de uno de los clubes escolares. Los líderes estudiantiles tienen oportunidades únicas de llevar problemas, preocupaciones e ideas ante el cuerpo docente o administración de tu escuela. Si no quieres concursar, considera cuales otros roles de liderazgo puedes tomar dentro de organizaciones fuera de la escuela, tales como tu lugar de devoción o programa después de la escuela.
- **Haz preguntas regularmente.** Aprende lo más que puedas en la escuela secundaria al tomarte la oportunidad de hacer preguntas sobre cualquier cosa. Esto asegurará que seas conocedor y estés bien preparado para las decisiones importantes más adelante en la vida.
- **Conoce gente nueva.** Preséntate a otros estudiantes que estén en tus clases, trata de sentarte con personas diferentes durante el almuerzo, o ponte como meta el conocer a alguien nuevo cada semana. No tienes que ser el mejor amigo de todos, pero esto agudizará tus destrezas sociales y te ayudará a construir una reputación positiva.
- **Únete a un programa de mentores.** Hablar con un adulto de confianza aparte de tus padres, o un estudiante mayor puede ser una gran forma de aprender sobre como mantener relaciones positivas, descubrir oportunidades universitarias o de carreras, realzar las destrezas para resolver problemas, incrementando la autoestima y desarrollar estrategias para la resolución de conflictos.





¡La Escuela Secundaria Importa!

Una Guía para **FAMILIAS** sobre
la Transición a la Escuela Secundaria



Transición Escolar es un proceso que prepara a estudiantes, familias, escuelas y comunidades a desarrollar las destrezas, conocimientos y relaciones necesarias para ayudar a los estudiantes a moverse de un ambiente a otro. En esta instancia, los estudiantes están haciendo la transición o “cambiando” de la escuela primaria o elemental a la escuela secundaria. Es importante para los estudiantes y las familias empezar esta transición antes de comenzar la escuela secundaria para permitirle tiempo al estudiante habituarse al rigor del currículo y al nuevo clima escolar. Una transición sin complicaciones a la escuela secundaria le ayudaría a su hijo(a) formar una primera impresión positiva y una expectativa realista de como es en realidad la escuela secundaria, incrementando su capacidad de tener éxito en la escuela

Para propósitos de este folleto, se han identificado cinco áreas de enfoque como particularmente importantes para la vida del estudiante de escuela secundaria mientras hace la transición. Esto incluye:

- **Cambios Emocionales y Sociales**
- **Factores Organizativos y Ambientales**
- **Académicos**
- **Crecimiento de Desarrollo**
- **Preparación Universitaria y de Carrera**

Al entrar a la escuela secundaria, los estudiantes son bombardeados con cambios ambientales, sociales, emocionales y físicos que pueden ser abrumadores para algunos. La falta de destrezas necesarias para lidiar con estos cambios puede tener efectos significativos en la capacidad de cada estudiante de ajustarse, tanto como en sus logros académicos, aspiraciones futuras y sentimientos generales de validez propia. Continúe leyendo para aprender más sobre lo que usted puede hacer para asegurar que su hijo(a) tenga una transición exitosa a la escuela secundaria.



Cambios Emocionales y Sociales comenzarán a ocurrir durante los años de escuela secundaria como parte del desarrollo normal. Durante este tiempo, los niños desarrollan varias de las destrezas que utilizarán durante la edad adulta. Forman auto conceptos y autoestimas, construyen nuevas relaciones y comienzan a regular su propio comportamiento. Hable con su hijo(a) sobre la escuela y sus semejantes. Esté pendiente de comentarios que reflejen lo que están pensando y sintiendo. Anticipe que su hijo(a) va a cometer errores y tendrá luchas personales. Dele tiempo de pensar y tomar decisiones sobre como manejar sus problemas y también tiempo para lidiar con las consecuencias. Entender estos cambios le ayudará a interactuar con su hijo(a) en forma positiva.

Que Esperar Socialmente

- Pasar tiempo con los padres pasa a segundo plano con respecto a sus compañeros
- Se desarrolla el deseo por la privacidad y el secreto
- Se convierte importante el pertenecer a un grupo
- Mostrar lealtad a sus semejantes es clave
- Incrementa la exposición a la presión de los pares y las influencias negativas

Que Esperar Emocionalmente

- Desear la libertad de la supervisión paternal
- Experimentar fluctuaciones en el estado de ánimo
- Se convierte en algo común el rechazo a los consejos de los adultos y el “contestar”
- Convertirse altamente crítico de sí mismo
- Experimentar estrés relacionado con los niveles de habilidad y competencia

Los Factores Organizativos y Ambientales

pueden influenciar la primera prioridad de su hijo(a) en la escuela secundaria, que es aprender. El día en la escuela secundaria cambia, con estudiantes posiblemente experimentando hasta seis clases con seis maestros diferentes, seis expectativas diferentes, y en muchos casos, seis asignaciones de tareas diferentes. Las destrezas de organización y manejo del tiempo deben ser desarrollados para que los estudiantes se sientan menos abrumados. Asegúrese de balancear las actividades recreativas después de la escuela y proveer un área de estudio silenciosa para lo académico. Anticipe que verá a su hijo(a) trabajar regularmente en tareas y proyectos a largo plazo. Ponga límites en el uso de la computadora y la televisión. Ponga como meta del verano antes del ingreso a la escuela secundaria el asistir a un campamento de transición para la escuela secundaria u otras actividades de transición escolar ofrecidas durante el año para familiarizarse con el edificio y el horario nuevo de su hijo(a). Enseñar a su hijo(a) a planear cada día, mantenerse al día con sus tareas asignadas, y aprender estrategias auto-regulatorias son importantes para motivar a su hijo(a) a convertirse más responsable y auto-confiado(a).

Que Esperar en el Aspecto Organizativo

- Aprender a manejar el tiempo
- Llegar a tiempo a cada clase y a otras actividades
- Mantenerse al día con materiales y asignaciones
- Tomarse el tiempo para relajarse

Que Esperar Ambientalmente

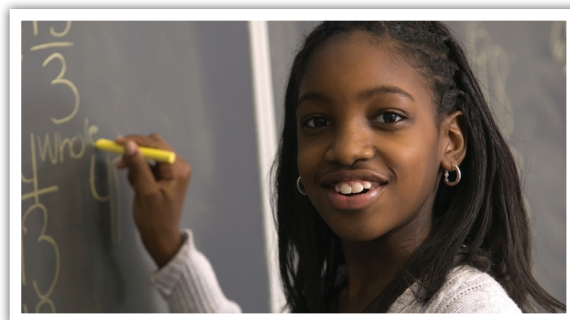
- Ajustarse a utilizar casilleros en vez de pupitres
- Aprender a moverse alrededor de la escuela (comedor, baños, clases)
- Aprender quien es quien
- Familiarizarse con el código de vestimenta



Académico tiene que ver con lo que su hijo(a) está aprendiendo y se espera que aprenda en la escuela secundaria. A los estudiantes se les requiere que tomen las siguientes clases: *Inglés/Artes del Lenguaje, Matemáticas, Ciencia y Estudios Sociales*. También pueden tener la oportunidad de tomar *Educación Física, Educación de Carreras, Técnica y de Agricultura, o Idiomas del Mundo*. Estas clases están basadas en los estándares adoptados por el estado de Georgia, los cuales proveen expectativas claras de instrucción, evaluación y trabajo estudiantil. Por favor visite la página Web, GeorgiaStandards.org, o llame al 1(800) 311-3627 para obtener información sobre los estándares del curriculum estatal. Póngase como meta conocer a todos los maestros(as) de su hijo(a). Revise todos los requisitos de asignatura y de calificaciones para cada clase, y si es necesario, localice recursos para ayudar el éxito de su hijo(a). Aprender “destrezas de estudio” también puede elevar los logros de su hijo(a). Establezca reglas para el teléfono, envío de mensajes de texto, y el uso de TV/computadora mientras estudia. Los problemas académicos deben ser enfrentados a través de contacto frecuente con el (la) maestro(a) y consejeros escolares. Adquirir un entendimiento de las clases y el trabajo de curso de su hijo(a) le permitirá apoyar a su hijo(a) en sus decisiones de curso a largo plazo y trayectoria profesional.

Que Esperar Académicamente

- Incremento en la carga de tareas
- Reducción de ayuda de los padres al completar tareas
- Entender factores nuevos de calificaciones
- Aceptar más responsabilidad
- Presentar más proyectos de clases





Crecimiento de Desarrollo se llevará a cabo en su hijo(a) durante los años de adolescencia, mental y físicamente. Las niñas empiezan a cambiar físicamente entre las edades de 8 a 13. Los cambios físicos en los niños comienzan, en promedio, dos años después. Su hijo(a) puede estar frustrado(a) a veces, pero usted puede empezar a anticipar a que también serán graciosos, curiosos, imaginativos, y ávidos de aprender. Aliente a su hijo(a) a surgir con ideas y a pensar en abstracto y creativamente sobre las cosas. Ayude a su hijo(a) cuando empiece a resolver problemas razonando, y a reconocer las consecuencias de ciertos comportamientos o acciones. Asegúrese de hablar con su hijo(a) sobre los cambios debido al desarrollo antes de que ocurran. En esta etapa, no se desinvolucre de la vida de su hijo(a). Una buena relación con usted, al igual que con otros adultos de confianza, es la mejor protección que su hijo(a) puede tener.

Que Esperar en cuanto al Desarrollo

- Comienzo de la pubertad
- Anticipar periodos de crecimiento acelerado y fluctuación de peso
- Incremento en niveles de actividad junto con fatiga frecuente debido al crecimiento rápido
- Experimenta cambios en la voz
- Desarrolla mal olor corporal
- Incremento en el razonamiento lógico usando ejemplos concretos
- Disfruta usando destrezas para resolver problemas de la vida real

Preparación Universitaria y de Carrera es parte de las actividades curriculares de su hijo(a). Con cada clase que tome, y con cada experiencia de vida, ganan una mayor conciencia sobre la naturalidad del trabajo y empiezan a formar ideas sobre sus metas de carrera futuras. Estas actividades curriculares maximizan las oportunidades para los estudiantes de estar mejor preparados para el próximo paso en su proceso de planeamiento educativo y de carrera—el mundo laboral o educación post-secundaria. Apoye los esfuerzos de su hijo(a) de crear un plan individual de graduación y participe en el proceso cuando sea invitado por la escuela. Pregúntele a su hijo(a) sobre sus intereses y que disfruta haciendo dentro y fuera de la escuela. Aliente a su hijo(a) a aprender más sobre sus intereses expresados y ayúdele a explorar más oportunidades. El involucramiento de los padres en cada aspecto del viaje educativo puede resultar en logros más altos para todos los estudiantes.

Que Esperar de Preparación Universitaria y de Carrera

- Adquirir las destrezas y el conocimiento necesario para tomar decisiones informadas de carreras
- Entender la relación entre el logro educativo y el desarrollo de carreras
- Participar en exploración de carreras
- Tomar evaluaciones relacionadas con carreras
- Desarrollar un plan individualizado de graduación (Individual Graduation Plan – IGP)

¿Cómo me involucro en la escuela y la educación de mi hijo(a)?

Mientras que las oportunidades de compromiso de los padres en el nivel de escuela secundaria cambian, su involucramiento en la educación de su hijo(a) sigue siendo muy importante para los logros y el éxito de él o ella. Dele un vistazo a las ideas a continuación para algunas formas de ayudarlo a mantenerse como parte integral del viaje educativo de su hijo(a).

- **Visite la organización de padres/estudiantes tal como la Asociación de Padres Maestros y Estudiantes (Parent Teacher Student Association – PTSA).** Asista a una reunión de PTSA u otra organización de padres en la primavera anterior al comienzo de la escuela de su hijo(a). Averigüe como puede inscribirse e involucrarse. Contacte la escuela de su hijo(a) para saber las fechas y horarios de las reuniones.
- **Mantenga un calendario familiar.** Pida una copia del calendario escolar del año que comienza y ponga fechas importantes en su calendario familiar, tales como “días de puertas abiertas” (open houses), conferencias de padres, días festivos. Aliente a su hijo(a) que también agregue cosas como exámenes, fechas límites de proyectos y actividades extracurriculares. Asegúrese de mirarlo diariamente.
- **Asista a actividades escolares.** Vaya a funciones escolares, tales como noche de curriculum y carreras, un evento deportivo, o presentación estudiantil. Mientras esté ahí, conozca las expectativas de la escuela y conozca a otros padres y personal de la escuela. Llame a la escuela y pida hablar con el coordinador de involucramiento de padres o consejero escolar para descubrir cuando se realizan estas actividades.
- **Sea voluntario en casa o en la escuela.** Participe como mentor de estudiantes, ayudando en el centro de medios o laboratorio de computación, o sirviendo como asesor para una actividad extracurricular o club. Si no puede ir a la escuela durante el día, déjele saber a la escuela los talentos especiales que posee y que está dispuesto a hacer desde casa. Puede ser colector de reciclables para proyectos escolares o contactar organizaciones comunitarias o comerciales para apoyo escolar. El voluntariado es una forma de conocer los compañeros de clase de su hijo(a), crear conexiones y entender su comunidad escolar.
- **Comparta sus ideas.** Averigüe cuales comités escolares buscan incluir representación, tales como Title I, Consejo Escolar e Involucración Familiar. Hable con su Director Principal y otros padres sobre involucrarse en los procesos de toma de decisiones.
- **Sea un padre informado.** Lea detenidamente la información enviada a casa de la escuela sobre políticas escolares, procedimientos, curriculum y reuniones. Revise los boletines de noticias, páginas Web y otros recursos. Aprenda como usar el portal de padres para que pueda monitorear el progreso de su hijo(a) diariamente.
- **Muéstrele a su hijo(a) que le importa.** Pregúntele a su hijo(a) sobre su día en la escuela. Monitoree el desempeño académico, social y de desarrollo de su hijo(a). Conozca cuales son sus intereses y que es lo que de verdad le motiva a hacerlo mejor. Apóyelos en esos esfuerzos.



Visita Nuestros Socios para Más Información sobre la Transición a la Escuela Secundaria

Georgia Afterschool Investment Council
www.afterschoolga.org

Georgia Department of Education
www.gadoe.org y parents.gadoe.org

Georgia Family Connection Partnership
www.gafcp.org

Georgia Parental Information
and Resource Center (PIRC)
www.cisga.org

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

United Way of Greater Atlanta
www.smartstartga.org y www.unitedwayatlanta.org

