



**Preguntas que hacen los
padres sobre ...**

Las pruebas y los exámenes





Pruebas ... Exámenes ...

Los exámenes y las pruebas siempre serán una parte importante de la carrera escolar de su niño. Y nunca es muy temprano—o muy tarde—para ayudarlo a desarrollar buenas destrezas de estudio y hábitos de presentar pruebas eficaces.

Muchos estudiantes se relajan cuando se enteran que los niños que “destacan” en las pruebas no son necesariamente más inteligentes. Simplemente saben cómo presentar las pruebas satisfactoriamente. Y las calificaciones más altas no son la única recompensa por ser una persona que presenta bien las pruebas. Los niños que estudian con eficacia a menudo pasan menos tiempo estudiando que los alumnos que estudian apresuradamente la noche anterior a una prueba.

Como una bonificación adicional, las habilidades de presentar pruebas ayudan a su niño más allá de la escuela, en áreas tales como pruebas deportivas, exámenes de manejo y exámenes de empleo.

Este manual plantea preguntas que hacen los padres frecuentemente sobre las pruebas y los exámenes, y da respuestas que le ayudarán a su niño a tener éxito en la escuela.

Sé que no puedo estudiar por mi niña. Pero realmente quiero que tenga éxito. ¿Qué puedo hacer en la casa para ayudarla a tener éxito en los exámenes?

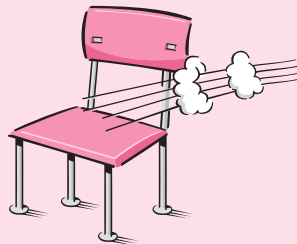


Usted tiene razón—estudiar para los exámenes es obligación de su niña. Pero usted puede ayudarla siguiendo estas sugerencias:

- » **Haga que la escuela sea una prioridad.** Fomente una buena asistencia. Hable con su niña sobre lo que está aprendiendo. Y manténgase en contacto con los maestros de su niña. Ellos pueden recomendarle maneras de ayudar en casa.
- » **Evite poner mucha presión** en su niña. Si usted está muy preocupada por los exámenes, es probable que ella también lo estará. Eso puede impedir que le vaya bien.
- » **Juzgue el éxito de su niña** por su *esfuerzo* más que por sus *calificaciones*. Si estudia duro pero aún así reprueba, elógiela por haber intentado. Ayúdela a aprender de sus errores.
- » **Desarrolle la confianza de su niña.** Dígale que usted cree que puede—y tendrá—éxito. ¡Y muéstrela su orgullo cuando lo haga!
- » **Revise los términos usados** en los exámenes con su niña, tales como *igualar*, *enlistar*, *comparar* y *contrastar*. Estas palabras aparecen en muchas clases de exámenes.
- » **Ayúdela con el aprendizaje.** Repase las tarjetas de ayuda pedagógica con su niña. Diga en voz alta las palabras de deletreo con su niña. ¡O deje que ella le enseñe algo a usted!
- » **Fomente la lectura.** La lectura desarrolla el vocabulario de su niña, lo cual la ayudará en casi cualquier clase de examen.

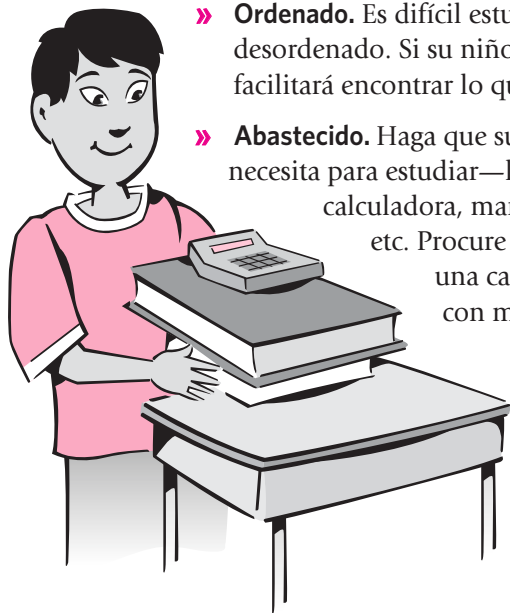


Cuando se trata de estudiar para las pruebas y los exámenes, mi hijo no puede quedarse quieto! Tan pronto como abre su cuaderno, salta rápidamente para agarrar su libro de texto o para buscar un marcador. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a concentrarse?



Ayude a su niño a escoger un sitio en su casa para que sea su "lugar de estudio." Un escritorio en una recámara, un asiento en la mesa de la cocina—cualquier lugar puede funcionar, siempre que el lugar sea:

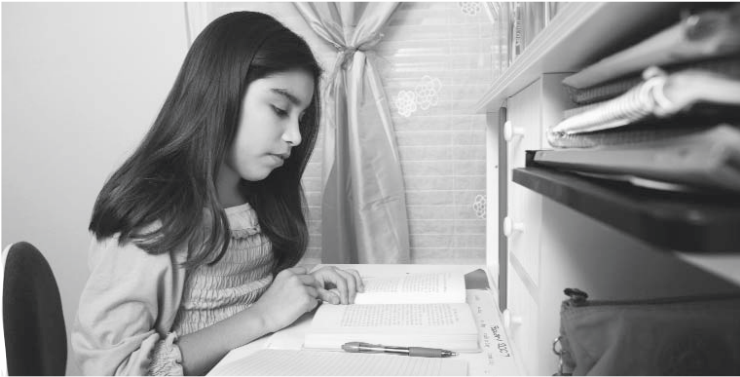
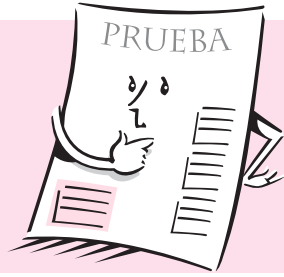
- » **Tranquilo.** Es más probable que su niño se concentre si no está distraído. Esto significa nada de televisión, ni de llamadas telefónicas o de otras interrupciones.
- » **Bien iluminado.** Es difícil leer—y mantenerse despierto—si no hay una buena iluminación.
- » **Cómodo.** A algunos niños les gusta estudiar en una mesa, mientras que otros simplemente se tienden en el suelo. Vea qué es lo que funciona mejor para su niño.



- » **Ordenado.** Es difícil estudiar en un ambiente desordenado. Si su niño está organizado, se le facilitará encontrar lo que necesita para estudiar.
- » **Abastecido.** Haga que su niño junte todo lo que necesita para estudiar—lápices, plumas, una calculadora, marcadores, tarjetas de archivo, etc. Procure colocar sus materiales en una caja o cesto para guardarlos con mayor facilidad.

La clave es establecer una rutina de estudio. Espere que su niño trabaje en el mismo lugar todos los días. Una vez que se acostumbre a su lugar, se concentrará mejor ahí.

¿Qué debería estar haciendo mi hija para prepararse para las pruebas y los exámenes del salón de clase próximos?



Los días que preceden a una prueba pueden ser muy productivos para su hija. Cuando esté próxima una prueba o examen, anímela a:

- » **Conseguir información.** Haga que le pregunte a su maestro respecto a la prueba. ¿Qué materias va a abarcar? ¿Qué clases de preguntas se harán?
- » **Pensar en preguntas** que podrían presentarse en la prueba. Sugiera que las anote y las conteste.
- » **Organizar los materiales.** Sugiera que junte todas sus notas, tareas, folletos y exámenes. También puede examinar las pruebas viejas para aprender de errores pasados, tales como no leer las instrucciones con cuidado.
- » **Hacer un plan de estudio.** Haga que programe tiempo para repasar para la prueba durante varios días. ¡No olvide incluir descansos de estudio!
- » **Estudie bajo "condiciones de la prueba."** Limite su tiempo de televisión. Monitoree otras distracciones. Esto puede mejorar la memoria a la hora de la prueba.

Mi hijo lee el capítulo antes de la hora de la prueba, ¡pero no siempre puede recordar lo que leyó! ¿Cómo puedo ayudarlo a mejorar su memoria?



Existen muchos trucos de memorización que pueden ayudar a su hijo a recordar lo que lee. Considere enseñarle cómo usar:

- » **Siglas.** Su hijo puede formar una palabra usando la primera letra de los términos por memorizar. Por ejemplo, HOMES puede usarse para recordar los Grandes Lagos (Hurón, Ontario, Michigan, Erie, Superior).
- » **Enunciados.** Ayude a su hijo a usar la primera letra de cada palabra para formar un enunciado disparatado, como "Mi vida tiene menos júbilo sin una naranja" para recordar los planetas en orden de su distancia desde el sol: Mercurio, Venus, Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano, Neptuno.



- » **Tarjetas de ayuda pedagógica.** Para repasar el vocabulario, puede escribir cada palabra al frente de la tarjeta y la definición atrás. Para la materia de geografía, escriba el nombre de un país en un lado y su ciudad capital al reverso. Comience dividiendo las tarjetas en grupos pequeños. Haga que repase un grupo a la vez, barajando las cartas de vez en cuando. Haga que su hijo conserve las tarjetas cerca para que pueda estudiar cada vez que tenga un momento libre.

- » **Asociación.** Haga que estudie cosas similares juntas. Por ejemplo, en lugar de memorizar las capitales de cada estado o provincia del país, debe dividir las en regiones geográficas. Después puede memorizar cada región por separado.
- » **Recitación.** Puede ayudar a repetir la información en voz alta. En lugar de recitar mecánicamente, haga que su niño se concentre en el *significado* de lo que está diciendo.
- » **Rimas.** Piense en las rimas que describan la información, como “En 1492, Colón navegó en el océano feroz.”
- » **Imágenes.** Sugiera a su niño que dibuje o se imagine ver una imagen de lo que está estudiando, o que encuentre una en un libro. Después, podrá recordar esa imagen durante la prueba.
- » **Personalización.** Sugiera que su hijo haga conexiones personales con la información. Por ejemplo, el cumpleaños de un familiar también podría ser una fecha famosa en la historia.
- » **Canto.** Las canciones son excelentes herramientas de aprendizaje. Haga que su niño sustituya las palabras de una canción conocida con información que necesita recordar.
- » **Narración.** Anime a su niño a inventar una historia sobre lo que está tratando de memorizar. Por ejemplo, ¿cómo se habría sentido estar en la Fiesta del Té de Boston?



Mi hija está a punto de tener su primer examen sobre un capítulo entero del libro de texto. ¿Cómo puedo ayudarla a prepararse?



Usted puede ayudar enseñándole a su hija los siguientes pasos para estudiar un capítulo del libro de texto:

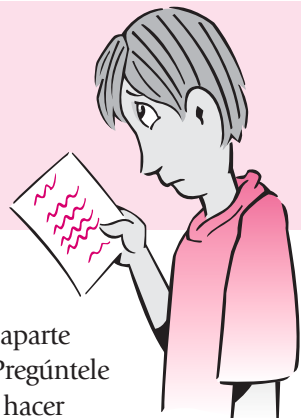
1. **Échele un vistazo al capítulo.** Lea el título y todos los encabezados de las secciones para tener una idea general del tema.
2. **Vea las ilustraciones,** las tablas y los gráficos. Estos a menudo destacan la información más importante.
3. **Lea la introducción** y el resumen.
4. **Lea las preguntas de repaso** que se encuentran al final del capítulo. Recuérdelas cuando esté leyendo el capítulo.
5. **Lea el capítulo sección por sección.** Tome cada encabezado de la sección escrito en negritas y conviértalo en una pregunta. Por ejemplo, si el encabezado es Causas de la Revolución Americana, pregunte, "¿Cuáles fueron las causas de la Revolución Americana?" Después lea para contestar la pregunta.
6. **Use tarjetas de ayuda pedagógica** para repasar. En un lado de una tarjeta, escriba un término o palabra de vocabulario clave del capítulo. Generalmente están escritos en negritas. En el otro lado de la

tarjeta, escriba la definición. Tal vez el libro de texto contenga un glosario con las definiciones de los términos claves.

7. **Conteste las preguntas de repaso** localizadas al final del capítulo. Algunos libros de texto también contienen ejemplos de preguntas de examen al final del libro.



**Mi hijo acaba de llegar a casa de la escuela—
icon una nota de la maestra que dice que fue
sorprendido haciendo trampa! ¿Qué debo hacer?**

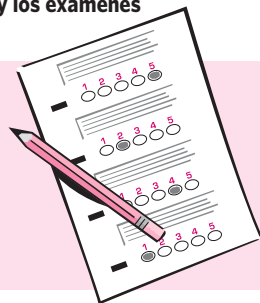


Su primera reacción puede ser castigarlo de por vida. En lugar de eso, los expertos sugieren que aparte tiempo para hablar y realmente escuchar a su hijo. Pregúntele qué sucedió. Averigüe porqué sintió la necesidad de hacer trampa. Después siga estas directrices:

- » **Si su niño tenía miedo de lo que haría usted** si él sacara una mala calificación, asegúrese que sepa que las calificaciones bajas no serían el fin de su amor por él. Que usted estaría más preocupada que enojada—y que siempre está dispuesta a ayudarlo a estudiar.
- » **Si su niño hizo trampa debido a sus propias altas expectativas**, dígame que no ponga demasiado énfasis en las calificaciones. Asegúrese que sepa que usted preferiría que *haga lo mejor que pueda* que *ser el mejor*.
- » **Si su niño piensa que hacer trampa “no es la gran cosa”** porque “todo el mundo lo está haciendo,” dígame que hacer trampa está mal. Que los tramposos se privan de las oportunidades de aprender y son injustos con los alumnos honestos. Es lo mismo que robar.
- » **Si su niño permitió que otro alumno copiara las respuestas de su examen**, averigüe porqué lo hizo.
 - *¿Tenía miedo que a este alumno no le cayera bien él?* Hágale saber a su niño que un verdadero amigo nunca lo rechazaría por no hacer lo que él quiere.
 - *¿Lo está intimidando este alumno?* Si éste es el caso, hable con el maestro inmediatamente. Averigüe cómo maneja la escuela la intimidación.

Tenga en cuenta hablar con su niño sobre cómo rechazar una invitación para hacer trampas. Tal vez su niño podría decir “Me gustaría ayudarte, Alex, pero pienso que hacer trampas está mal. Además, nos meteríamos en un gran problema.”

Sé que no todas las preguntas de los exámenes son de la clase de opción múltiple. ¿Cómo puedo ayudar a mi hija a prepararse para contestar diferentes clases de preguntas de exámenes?



Es verdad—no todas las pruebas son iguales. Las diferentes clases de preguntas requieren habilidades igeramente diferentes. Aquí tiene algunos consejos para contestar las preguntas de exámenes.

Preguntas de Opción Múltiple

Esta clase de preguntas se está convirtiendo en el tipo más común, especialmente en las pruebas estandarizadas. Enseñe a su niña a:

- » **Pensar en cuál es la respuesta** antes de leer las opciones.
- » **Leer *todas* las opciones de la respuesta** antes de escoger una. Busque palabras escritas en negritas, o palabras como *no*, *solamente*, *excepto*, *todas las anteriores* o *ninguna de las anteriores*.
- » **Tachar las respuestas incorrectas** para reducir las opciones.
- » **Recordar que sólo una respuesta es la “mejor” respuesta.** Puede haber más de una respuesta “correcta” a una pregunta de examen de opción múltiple, pero sólo una pregunta es la “mejor.”
- » **Asegurarse que las respuestas estén marcadas apropiadamente.** Si las respuestas van en una hoja separada, asegúrese de que la respuesta a la pregunta número uno esté en el espacio correcto.

Preguntas de Correspondencia

En los exámenes de correspondencia, es importante que su niña:

- » **Leer las instrucciones detenidamente.**
- » **Fijarse si una columna tiene más artículos** que la otra. Puede ser que algunas respuestas no puedan usarse. Otras pueden usarse dos veces.
- » **Hacer que correspondan los artículos más fáciles primero.** Después las restantes pueden ser menos confusas.

Preguntas de Falso/Verdadero

Para los exámenes de falso/verdadero, recuérdale a su niña:

- » **Leer todo el enunciado**—más de una vez. Para que la respuesta sea verdadera, todo el enunciado debe ser verdadero.
- » **Tener cuidado de los términos absolutos**, tales como *siempre* o *nunca*. Hay más probabilidades de que estas palabras estén en enunciados falsos.
- » **Adivinar, en lugar de dejar una pregunta en blanco**, si preguntas sin contestar serán marcadas como incorrectas. ¡Su hija tiene una oportunidad de 50 por ciento de acertar!

Preguntas de Ensayo

Las preguntas de ensayo le piden a su niña que responda más a fondo. Sugiera que su niña:

- » **Tome unos cuantos minutos para reflexionar.**

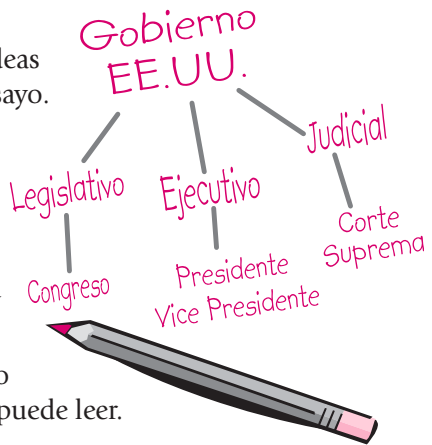
Hacer un bosquejo o lista puede ayudar a su niña a organizar las ideas claves que quiere incluir en su ensayo.

- » **Pregunte si se van a calificar la ortografía y la gramática.** En caso de que sí se vayan a calificar, su niña debe dedicar unos cuantos minutos al final de la prueba para revisar su ortografía.

- » **Escriba con claridad.** El maestro no puede calificar un ensayo que no puede leer.

- » **Incluya un bosquejo** o respuesta breve si se está acabando el tiempo.

Si su niña está ansiosa por las próximas pruebas, sugiérele que le pida a su maestro que le proporcione una pregunta de ejemplo. El maestro de su niña quiere que su hija tenga éxito tanto como usted lo quiere, y le dará mucho gusto ayudar.



Mi hijo se pone sumamente ansioso antes de una prueba—aun cuando se ha preparado toda la semana. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo a superar su estrés por las pruebas?



Es común que los niños se pongan nerviosos antes de las pruebas. Algunos niños piensan que el mundo se va a terminar si tienen incluso una respuesta mal, ¡mientras que otros están convencidos que se quedarán en blanco y olvidarán hasta cómo escribir sus propios nombres! Para reducir la ansiedad de su niño y aumentar sus oportunidades de éxito, debe:

- » **Evitar desvelarse.** No hay necesidad de “atiborrarse” toda la noche si su niño ha estudiado bien. Estar activo desde temprano en el día (no antes de irse a acostar) puede ayudarlo a dormirse.
- » **Comer alimentos saludables.** Algunos expertos dicen que las frutas y las verduras frescas pueden ayudar a reducir el estrés. Pero comer una comida abundante antes de la prueba es riesgoso—;su niño necesita que se cuerpo se enfoque en pensar, no en digerir!
- » **Ponerse una ropa favorita.** Su niño debe escoger una que haga que se sienta seguro y cómodo.
- » **Aprender a relajarse.** Algunos niños encuentran útil cerrar los ojos y hacer unas cuantas respiraciones profundas antes de una prueba.
- » **Ser positivo.** Enseñe a su niño a pensar positivamente como “¡Puedo hacerlo!” Elógielo diciéndole, “Estoy orgullosa por lo mucho que estudiaste. Estas listo para hacer un excelente trabajo en esta prueba.”
- » **Encarar los temores.** Si su niño parece estar muy ansioso pregúntele de qué tiene miedo. Usted tal vez pueda tranquilizarlo. Su maestro también puede ayudar.



Mi hija tiene una prueba grande mañana. ¡Ha estado estudiando duro toda la semana! ¿Cuáles son algunos consejos finales que debo darle?

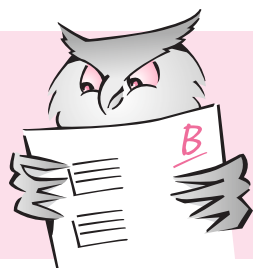


Usted ya ha repasado las tarjetas de ayuda pedagógica con su niña, la ha motivado y ha calmado sus preocupaciones relacionadas con la prueba. Lo único que falta hacer es que ella presente la prueba—y usted no puede entrar al salón de clase con ella. Pero sí puede darle estos consejos finales:

- » **Lee las instrucciones *cuidadosamente*.** ¡Esto no puede enfatizarse demasiado! Puedes perder puntos en la prueba si no sigues las instrucciones. Pídele ayuda al maestro si algo no está claro.
- » **Échale un vistazo a las preguntas de la prueba antes de comenzar.** Organiza tus pensamientos y planea cuánto tiempo le dedicarás a cada pregunta.
- » **Contesta las preguntas fáciles primero.** Esto te ayudará a desarrollar confianza para abordar las más difíciles. Marca las preguntas más difíciles y regresa a ellas después.
- » **Encierra en círculo las palabras claves** de las preguntas más difíciles. Esto te ayudará a identificar lo más importante.
- » **Pregunta si se penaliza por adivinar.** Si no, trata de adivinar las respuestas a las preguntas difíciles cuando el tiempo esté por terminarse. ¡Los expertos dicen que lo primero que viene a la cabeza a menudo es lo correcto!
- » **Usa todo el tiempo que te den.** Si terminas antes, regresa y revisa tus respuestas. ¿Seguiste las instrucciones? ¿Son claras tus respuestas?

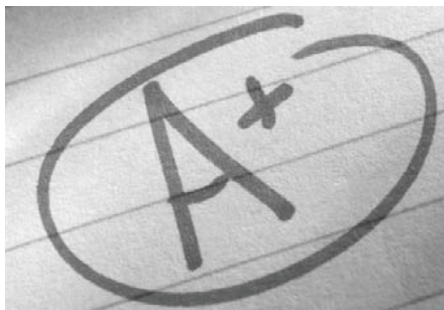


**Mi hijo trajo una prueba calificada a casa.
¿Qué puedo hacer para ayudarlo a aprender
de ella?**



Sea que su hijo traiga a casa una A⁺ o no, puede aprender algo repasando la prueba. Siéntese con su hijo y hablen de:

- » **Lo que hizo bien.** Primero, fíjese en las cosas que hizo bien su hijo. ¿Estuvo ordenado su trabajo? ¿Funcionó bien una de sus técnicas de memorización? ¡Anímelo a continuar haciendo bien el trabajo!
- » **Lo que salió mal.** Ayúdelo a entender porqué estuvieron incorrectas las respuestas. ¿Malinterpretó la pregunta? ¿Debió haber estudiado más? ¿Escribió sus respuestas de manera muy desordenada haciéndolo difícil para el maestro descifrarlas? ¿Se le acabó el tiempo?
- » **Cómo mejorar.** Ayude a su hijo a pensar en las formas de evitar cometer errores similares en la próxima prueba. Si reprobó la prueba, vea si van a permitirle que presente un examen para resarcirse.
- » **Los comentarios del maestro.** Éstos son especialmente útiles. Pídale al maestro que explique cualquier cosa que esté confusa.



- » **Qué hacer con la prueba.** Su niño debe guardar las pruebas y los materiales de estudio en un archivo organizado. Le vendrán bien cuando repase para el examen final.

¡Felicite a su niño por hacer su mejor esfuerzo!



Presentar exámenes puede ser la parte más difícil de ser estudiante. Pero cuando los niños están armados con conocimientos y habilidades de presentar pruebas, ¡estarán al nivel del reto!



“Preguntas que hacen los padres sobre las pruebas y los exámenes” es uno de seis títulos en la serie, El consejero de educación, que publica The Parent Institute®, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474, (800) 756-5525.

Ilustraciones: Joe Mignella, Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Fotografías: Getty Images: Portada interior, páginas 1, 3, 4 y 6

iStockphoto: Cubierta, páginas 10 y 12

English Stock # 375A, Spanish Stock # 475A

© 2009 The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., www.parent-institute.com

Editor: John H. Wherry, Ed.D. Principal Oficial de Operaciones: Phillip S. Wherry.

Directora Editorial: Patricia Hodgdon. Redactores: Erika Beasley, Jennifer

McGovern & Rebecca Miyares. Asistente de redacción: Pat Carter. Gerente de

traducciones: Michelle Beal-García. Directora de mercadotecnia: Laura Bono.

Asistentes de mercadotecnia: Joyce M. Ghen & Andrea Ibach. Gerente de servicio

al cliente: Peggy Costello. Asociadas para servicio al cliente: Louise Lawrence y

Cynthia Lees. Gerente comercial: Sally Bert. Asistente comercial: Donna Ross.

Asociada comercial: Cristina Wilcox. Asociada para circulación: Diane Perry.