

Testing 1-2-3

It's test day! Is your teenager ready? Here are answers to questions parents often have about test taking in high school. Share this advice with your child to help him feel confident and perform well on test day.



Q What does my high schooler need to keep in mind as he prepares for tests?

A The first order of business is to know what will be on a quiz or an exam. Your teenager should pay close attention during class reviews and take any practice tests the teacher or textbook offers.



To review notes, your child might type highlights from each day's material into a computer file. Typing his notes will help him remember them better, and he can use the file as a study guide.

Encourage your teen to pace himself. Cramming is stressful and usually doesn't result in real learning—only a temporary (and often spotty) memory of the material. Instead, he should start preparing for tests as soon as they are announced.

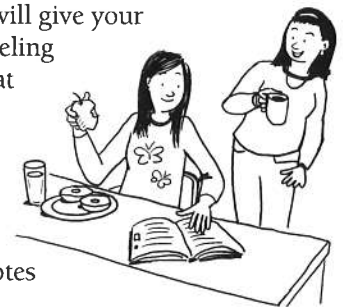
Q Besides studying, what else should my child do before a test?

A Urge her to get ready the night before. She can load up her bag with any necessary test gear, such as pencils and

eyeglasses. If permitted, she could bring a calculator (with extra batteries), a healthy snack, and a water bottle.

Also, eating a good breakfast will give your teen energy and keep her from feeling anxious or shaky. Remind her that caffeine could cause her to feel nervous and jittery during a test.

Suggest that your high schooler get to class early. She'll have a few extra minutes to take out supplies, look over notes one last time, and get focused.



Q How can my teen feel confident before and during an exam?

A Teach him relaxation techniques he can do during the test. Deep, slow breaths and positive thoughts can increase his confidence. *Example:* "I am going to do well because I am prepared."

Help your child avoid distractions by suggesting that he keep his eyes on his own paper and not worry about students who finish before he does. Remind him that faster doesn't mean better.

Finally, encourage your teen to stay active by making time for 30–60 minutes of exercise each day. That will give him more energy and help him feel less stressed.

Q What test-taking strategies can I share with my high schooler?

A Help her budget her time. When she receives the test, she should do a quick survey of the entire exam and consider how long she will need for each section. She'll want to allow more time for harder portions or those that are worth the most points.

continued



Advise your child to read all directions carefully. She should never assume that she knows what the instructions say. For instance, some questions may have more than one correct answer.

Your high schooler can use any extra time to go back to skipped questions and look for careless mistakes. She might redo math calculations or double-check dates on history quizzes, for instance.

Q What special advice can I give my child for different test formats?

A For true-false tests, it's helpful to circle key words in the question. If any part of a choice is false, the whole thing is false. Encourage your teen to watch for tip-off words like *never*, *always*, *all*, *none*, or *only*—they often indicate a “false”

answer. Words like *usually*, *sometimes*, and *generally* may be clues that a “true” choice is correct. He should answer every question—there's at least a 50 percent chance a guess will be right.

When taking a multiple-choice exam, your child might read the question and try to answer it before looking at the options. Then he can read the choices, eliminate those that are clearly wrong, and select the one closest to his initial idea.

Remind him not to leave any answers blank (if there's no penalty for wrong answers). Even if he doesn't know the answer, he has a 25 percent chance of success when there are four choices.



For essay questions, suggest that your teen make an outline of main ideas and supporting facts. All of his points should be backed up with examples, and he shouldn't stray from the topic. Encourage him to reread the question halfway through and at the end to make sure he has answered all parts. Finally, he should go back and proofread carefully—spelling, grammar, and punctuation errors can lower his score.

SAT and ACT success

Are you hoping your teen will go to college? Here are valuable hints for helping her prepare for college entrance exams.

Q Which test should my child take?

A She should check requirements at the colleges she might want to attend. Many students take both the SAT and the ACT and send in their best scores. Your teen can also get advice from her school counselor.

Q What do the tests include?

A The SAT has three parts: critical reading, math, and writing. It includes essay, multiple-choice, and open-ended questions. The ACT has four multiple-choice sections: English, math, reading, and science. There's also an optional writing portion on the ACT (your child can check at act.org to see which colleges require or recommend it). *Note:* In spring 2016, the SAT essay portion will become optional. If your teenager will take the SAT



then, he should find out whether the colleges he's applying to require it.

Q How should my high schooler get ready for these tests?

A Have her start early! As a sophomore and junior, your teen can take the preliminary SAT (PSAT). In her junior year, she might take a test-prep course at school, the library, or a community center. She can also take practice tests to familiarize herself with the format and questions. These are available online (sat.collegeboard.org for the SAT and act.student.org for the ACT) and in SAT or ACT manuals (available at libraries and bookstores).

Q How can I help my teen have a positive attitude toward the exam?

A Encourage him to think of the SAT or ACT as a final leg of his high school career. He should look forward to the pride and relief he'll feel when the test is over—and the results that can help him get into the college of his choice.

High School Years

Exámenes 1-2-3

¡Es el día del examen! ¿Están listos sus hijos? He aquí respuestas a algunas preguntas que se hacen los padres sobre los exámenes en la escuela secundaria. Comparta estos consejos con sus hijos para ayudarlos a que se sientan seguros de sí mismos y rindan bien el día del examen.



P ¿Qué debe tener en cuenta mi hijo al prepararse para los exámenes?

R En primer lugar necesita saber qué entra en la prueba o en el examen. Su hijo debe prestar atención durante los repasos en clase y hacer todos los test de prueba que le ofrezcan el profesor o el libro de texto.

Para repasar apuntes su hijo debería escribir lo más importante del material de cada día en un archivo de la computadora. Teclar sus apuntes le ayudará a recordarlos mejor y puede usar el archivo como guía de estudio.



Anime a su hijo a que se ponga un ritmo. Estudiarse todo a última hora es estresante y por lo general no se aprende de verdad: el resultado es sólo un recuerdo temporal (y a menudo desigual) del material. Debería, por el contrario, empezar a prepararse para los exámenes tan pronto como se los anuncien.

P Además de estudiar, ¿qué debería hacer mi hija antes de un examen?

R Insístale en que se prepare la noche anterior. Puede meter en su cartera todo el material necesario para el test, como lápices y

gafas. Si se lo permiten debería llevar una calculadora (con baterías de repuesto), un tentempié sano y una botella de agua.

Así mismo, comer un buen desayuno le dará energía a su hija y evitará que se sienta ansiosa o temblorosa. Recuérdle que la cafeína puede ser causa de que se ponga nerviosa o se agite durante un examen.

Sugíerale a su hija que vaya temprano a clase. Tendrá unos minutos más para sacar sus materiales, repasar sus apuntes una última vez y concentrarse.



P ¿Cómo puede sentirse seguro mi hijo antes y durante el examen?

R Enséñele técnicas de relajación que puede realizar durante el test. Respirar hondo y despacio y pensar en cosas positivas puede aumentar su confianza. Ejemplo: “Voy a hacerlo bien porque estoy preparado”.

Ayude a su hijo a que evite las distracciones sugiriéndole que mantenga la vista en su propio papel y que no se preocupe si otros estudiantes terminan antes que él. Recuérdle que más rápido no significa que sea mejor.

Finalmente, anime a su hijo a ser activo haciendo tiempo para 30–60 minutos de ejercicio al día. Esto le dará más energía y le ayudará a sentirse menos estresado.

P ¿Qué estrategias para tomar exámenes puedo compartir con mi hija?

R Ayúdela a que se organice el tiempo. Cuando reciba el test debería echarle un rápido vistazo a todo el examen y calcular cuánto tiempo necesitará para cada sección. Tendrá que dedicar más tiempo a las porciones más difíciles o a las que valen más puntos.

continúa



Recomiende a su hija que lea las instrucciones con cuidado. No debería asumir nunca que sabe lo que dicen las instrucciones. Por ejemplo, algunas preguntas pueden tener más de una respuesta correcta.

Si le sobrara tiempo, su hija puede usarlo para volver a las preguntas que se saltó y buscar errores por descuido. Podría hacer otra vez los cálculos matemáticos o repasar las fechas en las pruebas de historia, por ejemplo.

P ¿Qué consejos especiales puedo darle a mi hijo para los distintos formatos de los test?

R Para los test de cierto o falso, es útil poner un círculo alrededor de las palabras clave de la pregunta. Si alguna parte de una opción es falsa, todo es falso. Anime a su hijo a que preste atención a términos como *nunca*, *siempre*, *todo*, *ninguno* o *sólo*: con

frecuencia indican que la respuesta es “falso”. Palabras como *normalmente*, *a veces* y *generalmente* pueden ser pistas de que la respuesta acertada es “verdadero”. Debería contestar todas las preguntas: hay por lo menos un 50 por ciento de probabilidades de que su respuesta sea correcta.

Cuando haga un test de elección múltiple su hijo puede leer primero la pregunta e intentar contestarla antes de mirar las opciones. A continuación puede leer esas opciones, eliminar las que son claramente incorrectas y seleccionar la que más se aproxime a su idea inicial. Recuerdele que no se deje ninguna pregunta en blanco (si no hay penalización por respuestas incorrectas). Aunque no se sepa la respuesta tiene un 25 por ciento de posibilidades de acertar cuando hay cuatro opciones.



Para las preguntas largas, sugiérale a su hijo que haga un esquema con sus ideas principales y sus datos de apoyo. Debe respaldar todas sus afirmaciones con ejemplos y no debería desviarse del tema. Anímelo a que relea la pregunta cuando vaya por la mitad de su respuesta y al final para cerciorarse de que ha contestado todas las partes. Finalmente debería volver atrás y corregir con cuidado pues los errores de ortografía, de gramática y de puntuación pueden bajarle la nota.

Éxito con el SAT y el ACT

¿Tiene la esperanza de que su hija vaya a la universidad? He aquí valiosas pistas para ayudarla en su preparación a los exámenes de ingreso a la universidad.

P ¿Qué test debería hacer mi hija?

R Debería enterarse de los requisitos de las distintas universidades a las que le gustaría asistir. Muchos estudiantes toman el SAT y el ACT y envían sus mejores resultados. Su hija puede también pedir consejo a su orientador escolar.

P ¿Qué hay en los exámenes?

R El SAT tiene tres partes: lectura crítica, matemáticas y escritura. Incluye una redacción, preguntas de elección múltiple y preguntas abiertas. El ACT tiene cuatro secciones: inglés, matemáticas, lectura y ciencias. Hay también una sección optativa en el ACT (su hijo puede consultar en act.org qué universidades la exigen o la recomiendan). *Nota:* En la primavera de 2016 la redacción en el SAT será optativa. Si su hijo va a tomar el SAT en esa fecha, debería averiguar si las universidades en las que solicita el ingreso la requieren.



P ¿Cómo debería prepararse mi hija para estos exámenes?

R ¡Dígale que empiece cuanto antes! En su segundo año de secundaria y en el año junior su hija puede tomar el SAT preliminar (PSAT). En su año junior, podría tomar un curso de preparación al test en su instituto, en la biblioteca pública o en el centro comunitario. También puede hacer test de práctica para familiarizarse con el formato y las preguntas. Éstas se consiguen en la red (sat.collegeboard.org para el SAT y actstudent.org para el ACT) y en manuales de preparación para SAT y ACT (disponibles en bibliotecas y librerías).

P ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a que tenga una actitud positiva respecto al examen?

R Anímelo a que piense en el SAT o el ACT como el último tramo de sus estudios de secundaria. Debería ilusionarse con el orgullo y el descanso que sentirá cuando pase el examen y con los resultados que le ayudarán a acceder a la universidad de su preferencia.

High School Years