



DEPARTAMENTO DE

EDUCACIÓN

GOBIERNO DE PUERTO RICO

Preparándome para la Escuela Superior

de la mano de mi consejero/a escolar



PROGRAMA DE
**CONSEJERÍA
PROFESIONAL**
EN EL ESCENARIO ESCOLAR



Objetivo de la presentación



Al finalizar la orientación, los estudiantes reconocerán la importancia de:

- Desarrollar hábitos y destrezas de estudio.
- Fortalecer su organización personal.
- Conocer las alternativas educativas disponibles para prepararse exitosamente para la transición a escuela superior.

La escuela intermedia: una etapa de preparación

Durante estos años desarrollarás conocimientos, habilidades y destrezas que te ayudarán a:

Alcanzar tus metas académicas.

Fortalecer tu responsabilidad y autonomía.

Tomar decisiones informadas sobre tu futuro educativo.

Prepararte para el éxito en la escuela superior.



¿Qué son las destrezas de estudio?



Son el conjunto de estrategias, hábitos y técnicas que utilizamos para aprender de manera organizada y efectiva.

Estas destrezas:

- Se desarrollan con la práctica.
- Mejoran con el tiempo.
- Facilitan la comprensión y retención de la información.
- Favorece un mejor desempeño académico.

No se trata de estudiar más, sino de estudiar mejor.

¿Cómo fortalecer mi aprovechamiento académico?

Cuando desarrollas buenos hábitos de estudio, puedes:

- Comprender mejor los temas
- Organizar tu tiempo
- Recordar la información con mayor facilidad
- Reducir el estrés antes de los exámenes
- Prepararte para pruebas y proyectos



El éxito académico es el resultado de la consistencia y la organización.

Estrategias para tener éxito al estudiar

Algunas técnicas que puedes incorporar son:

- Dividir el material en partes pequeñas.
- Elaborar resúmenes y esquemas.
- Repasar diariamente, aunque sea por poco tiempo.
- Hacer preguntas para reforzar lo aprendido.

Como punto de partida, puedes establecer periodos de estudio de 20 a 30 minutos por materia y ajustarlos según tus necesidades y carga académica.



Organización del tiempo

La organización es una herramienta para alcanzar tus metas.

Puedes utilizar:



Calendarios



**Agendas
escolares**



**Aplicaciones
digitales**



Recordatorios



Alarmas

También es importante:

- Establecer un horario de estudio.
- Reservar tiempo para descansar.
- Cumplir con las fechas de entrega.

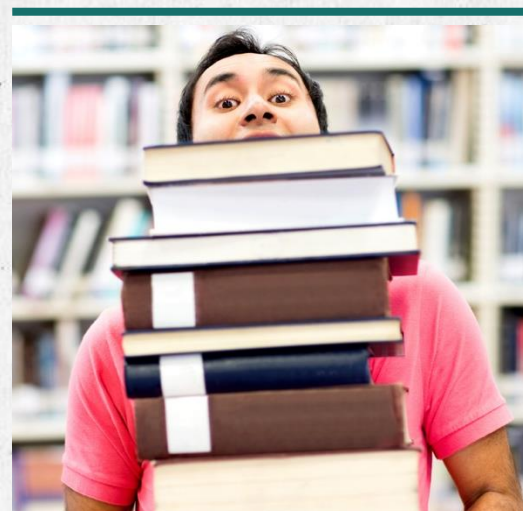
Un ambiente adecuado para estudiar

El lugar donde estudias influye en tu concentración.

Se recomienda procurar un lugar con:

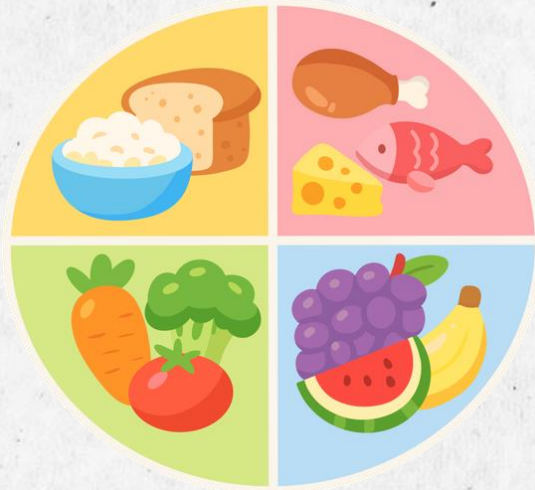
- Buena iluminación.
- Ventilación adecuada.
- Espacio limpio y organizado.
- Poco ruido y pocas distracciones.

Un espacio organizado favorece el aprendizaje.



Tu bienestar también es parte del éxito académico

Para aprender mejor también debes cuidar de ti.



Mantener una alimentación balanceada.



Dormir las horas necesarias.



Realizar actividad física.

Cuando tu cuerpo y mente están saludables, aprender resulta más fácil.

Establece prioridades

No todas las materias representan el mismo nivel de dificultad para cada estudiante.

Identifica las clases que requieren mayor esfuerzo.

Dedica más tiempo de estudio.

Solicita ayuda cuando la necesites.

Aprovecha el apoyo de tus maestros y del consejero escolar.



Descubriendo mis intereses

Durante el séptimo grado, los estudiantes participan de la administración del

College Board Puerto Rico y América Latina – CEPA (Conoce, Explora y Planifica y Actúa).

- 
- Identificar áreas de interés ocupacional.
 - Reconocer fortalezas personales.
 - Explorar alternativas educativas.
 - Iniciar la planificación de metas académicas y profesionales.

El consejero escolar ayudará a interpretar los resultados y utilizarlos para planificar tu futuro académico y ocupacional.

Conociendo las opciones para la escuela superior

Al acercarte a la escuela superior es importante conocer las diferentes alternativas disponibles.

➤ Regular

➤ Vocacional

➤ Especializada

➤ Bellas Artes

➤ Música

➤ Bilingüe

Cada alternativa ofrece oportunidades distintas según tus intereses, talentos y metas.

¿Cómo puede mi consejero escolar ayudarme?



El consejero escolar puede ayudarte a:

- Desarrollar hábitos y destrezas de estudio.
- Mejorar tu organización.
- Interpretar los resultados de pruebas.
- Explorar tus intereses, habilidades y fortalezas.
- Fortalecer el autoconocimiento y desarrollar destrezas para manejar los retos que se presenten.
- Conocer las alternativas educativas disponibles.
- Establecer metas académicas y ocupacionales.
- Acompañarte durante la transición a la escuela superior.

Mensaje final

Prepararte para la escuela superior comienza hoy.



1 Recuerda:

- Desarrolla hábitos de estudio.
- Organiza tu tiempo.
- Cuida tu bienestar.
- Explora tus intereses.
- Conoce tus opciones educativas.
- Busca orientación cuando la necesites.

Tu consejero escolar está disponible para acompañarte en cada etapa de tu desarrollo académico, personal, social y de planificación de carrera.