



¡CONSEJOS PARA LOS EXÁMENES!

ANTES DE LA EXÁMENES...

- **DESCANSA LO SUFICIENTE** LA NOCHE ANTERIOR!
 - LOS PADRES DEBEN ESTABLECER UNA HORA DE ACOSTARSE Y DESPERTARSE
- COMPARTE Y HABLA DE TU SENTIMIENTOS DE ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES
- PROPORCIONAR UN DESAYUNO SALUDABLE
- ¡SÉ POSITIVO!
 - PADRES, ALIENTE LOS MEJORES ESFUERZOS DE SU HIJO/A
 - LA PRUEBA ES SOLO **UNA** MEDIDA DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO

DURANTE LA EXÁMENES...

- LEA LAS INSTRUCCIONES DE LA PRUEBA
 - LEA **CADA PREGUNTA** CUIDADOSAMENTE
 - RELLENA LAS RESPUESTAS POR COMPLETO
 - LEA **TODAS LAS RESPUESTAS POSIBLES**
 - VOLVER A LEER CUANDO SEA NECESARIO
 - ¡TRATA DE NO ENTRAR EN PÁNICO!
 - RELÁJATE – ¡NO TE APRESURES!
 - NECESITA TERMINAR, PERO NO APRESURARTE
- RECORDAR,**
- LAS PRISAS AUMENTAN LOS ERRORES
 - **OMITA LAS PREGUNTAS DIFÍCILES**, LUEGO REGRESE MÁS TARDE
 - NO DEDIQUES DEMASIADO TIEMPO A UNA PREGUNTA
 - UTILICE EL TIEMPO RESTANTE PARA VERIFICAR SUS RESPUESTAS

DESPUÉS DE LA EXÁMENES...

- PADRES, SU HIJO/A HAN ESTADO SENTADO LA MAYOR PARTE DEL DÍA. TENDRÁN QUE DEJAR SALIR UN POCO DE ENERGÍA.
- ¡**CELEBRAR!** HAGA ALGO PARA CELEBRAR EL ARDUO TRABAJO Y ESFUERZO DE SU HIJO/A.
- DEMUÉSTRALES QUE **LOS AMA** NO IMPORTA LOS PUNTAJES DE LAS PRUEBAS.