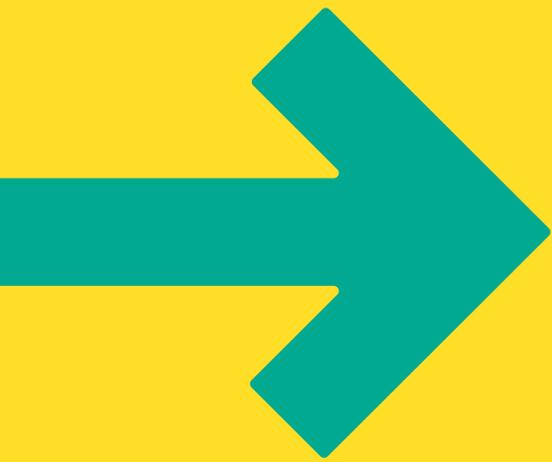




El comienzo de tu trayecto en la escuela secundaria

Cómo hacer que tu primer año valga
la pena

ACT[®]



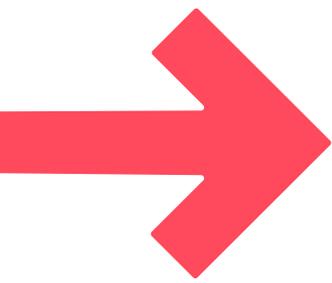
Bienvenido a tu primer año de escuela secundaria



¡Bienvenido a toda una nueva experiencia! Es emocionante pasar de la escuela media a la escuela secundaria, pero también puede ser un poco intimidante. Hay nuevas clases, nuevos rostros y nuevos cursos que te ayudarán a establecer tu camino hacia el futuro. Ahora es el momento de descubrir todo lo que la escuela secundaria tiene para ofrecer.

Tu noveno año es un momento excelente para desarrollar buenos hábitos de estudio, familiarizarte con los cursos necesarios y probar cosas nuevas: cursos optativos, extracurriculares, clubes y más. Es el año perfecto para descubrir qué materias te gustan más y cuáles menos, descubrir tus intereses y construir cimientos sólidos para tu futuro.

Tu primer año se trata de explorar. Usa esta guía para ayudarte a aprovechar tu primer año, orientándote para crear un camino hacia tu segundo, tercero y último año en la escuela secundaria y, finalmente, brindarte una meta clara para tu experiencia universitaria y profesional.



Qué esperar

Tu primer año te dará muchas experiencias nuevas. Este marca el primer paso hacia una carrera académica seria al desarrollar aptitudes para trabajar en equipo y descubrir tus intereses.



RETOS NUEVOS Y EMOCIONANTES

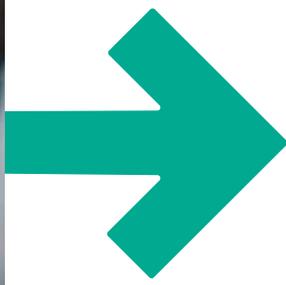
Solo porque tendrás más trabajo no significa que no será divertido. Aunque todavía tienes clases en materias fundamentales como inglés, matemáticas, ciencias y estudios sociales, encontrarás aspectos nuevos que te atraerán y serán un reto. Algunos de estos podrían ser:

- **PROYECTOS EN EQUIPO** que te prepararán para experiencias en el mundo real.
- **TAREAS** que serán más profundas y te harán pensar más.
- **IDEAS NUEVAS** que se adentran más en los temas de las materias que ya conoces y nuevos conceptos y cursos que nunca has tomado.

CÓMO DESARROLLAR TUS INTERESES

Uno de los mayores beneficios de la escuela secundaria es estar rodeado de más oportunidades. Tendrás muchas opciones para actividades después de la escuela y materias nuevas e interesantes que no has tenido anteriormente.

- **ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES** como los clubes, deportes y otros programas después de clases.
- **CURSOS OPTATIVOS** sobre materias y temas específicos.
- **OPCIONES UNIVERSITARIAS Y PROFESIONALES** disponibles para ti con base en tus planes e intereses.



Da prioridad a tus clases

Todas las escuelas secundarias tienen requisitos esenciales para graduarte. Estas materias deben ser tu prioridad principal porque son los escalones para prepararte para la universidad y la fuerza laboral.

Para ayudarte a tener éxito tanto en la universidad como en tu carrera profesional, ACT recomienda que tus cursos en la escuela secundaria incluyan los siguientes:

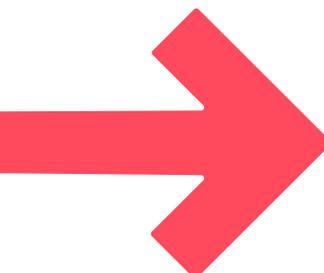
- **INGLÉS**
4 años
- **MATEMÁTICAS**
3 años (incluido álgebra I, geometría y álgebra II)
- **CIENCIAS**
3 años (incluido biología, química y física)
- **ESTUDIOS SOCIALES**
3 años

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES ESTAS MATERIAS? La razón más importante es que son requisitos de admisión en la mayoría de las universidades. Tomar estas materias fundamentales es fundamental para comenzar tu carrera universitaria en el camino correcto.

Estos cursos también te ayudarán a prepararte para el examen ACT®. Para la clase de graduados de 2020, entre los estudiantes que proporcionaron información sobre los cursos escolares a ACT, el 75 % completó las materias fundamentales y logró una calificación promedio de 22.3, mientras que el 25 % tomó menos materias fundamentales y logró una calificación promedio de 19.2.

Aunque los requisitos pueden variar de una universidad a otra, habla con tu consejero o investiga en línea los requisitos específicos de las universidades a las que te interesa asistir. Un beneficio adicional es que las destrezas y los conocimientos de estos cursos te darán una educación balanceada que aplicarás en cualquier carrera profesional.

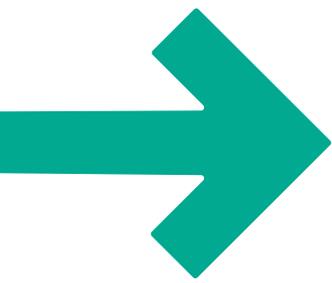
Fuente: <https://leadershipblog.act.org/2020/10/act-grad-class-2020-achievement-data.html>



Consejos para seleccionar clases

He aquí algunas cosas importantes que debes tener en mente al seleccionar clases para tu primer año de secundaria:

- **REVISAR LOS REQUISITOS DE GRADUACIÓN** de tu escuela. Habla con tu consejero escolar para seleccionar las clases correctas.
- Cuatro años de cursos de **INGLÉS O ARTES DE LA LENGUA** te darán las aptitudes clave para leer, redactar y expresarte que son necesarias para la universidad y tu carrera profesional.
- Los cursos de **MATEMÁTICAS** enseñan aptitudes clave para resolver problemas que son importantes para las carreras profesionales del siglo XXI.
- Tres años de **ESTUDIOS SOCIALES** en la escuela secundaria por lo general son un requisito para las instituciones de educación superior y universidades. Estos cursos son la clave para aprender acerca del mundo, la nación y la sociedad que te rodean.
- Toma al menos tres años de **CIENCIAS**, incluido un curso de laboratorio para ayudar a desarrollar aptitudes de pensamiento crítico que serán útiles en futuras carreras profesionales.
- Toma al menos un año de clases de **ARTES VISUALES O ARTES DRAMÁTICAS** (coro, banda, teatro, drama o danza) como parte de tu horario. Estas clases te ayudan a involucrarte más con tu comunidad y te ayudan a explorar ideas nuevas y creativas.
- Los cursos **OPTATIVOS** son una gran forma de obtener créditos académicos y explorar tus intereses especiales.
- Los cursos de **IDIOMAS EXTRANJEROS** son importantes para comprender el mundo y otras culturas, pero también muchas universidades los solicitan para graduarte. Es posible cumplir con estos requisitos tomando créditos de idiomas extranjeros en la escuela secundaria.
- Consulta con tu escuela sobre cursos **ACADÉMICOS APLICADOS**. Estos utilizan enfoques prácticos para el aprendizaje y generalmente cumplen los requisitos de materias fundamentales.
- Los cursos de **COMPUTACIÓN** pueden complementar aptitudes que ya tienes para desarrollar un uso a nivel profesional con aplicaciones y software.

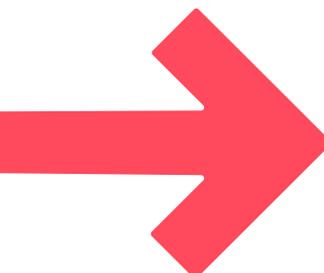


Descubre tus intereses

Una vez que hayas creado tu cuenta MyACT, puedes usar las herramientas en la pestaña “planes” para ayudarte a identificar tu interés en ciertas carreras universitarias, cursos y carreras profesionales. Puedes descubrir lo que más te interesa y qué materias, actividades u optativas te beneficiarían al tomar un inventario de intereses ACT.

Puedes buscar carreras profesionales, encontrar carreras universitarias, explorar escuelas y responder cuestionarios que te ayudarán a descubrir tus intereses, habilidades y valores para crear un mapa de carreras. Este mapa te sugerirá posibles trayectorias profesionales en servicio social, administración y ventas, operaciones comerciales, técnicas, ciencias y tecnología, así como artes.

[Toma el inventario de intereses en MyACT.org](#)

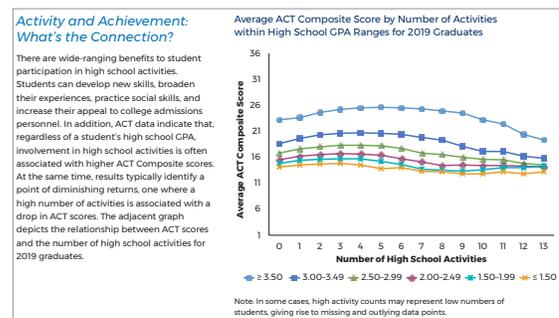


Haz un plan con tu consejero escolar

Escoger clases, actividades después de clases y optativas puede parecer intimidante, pero tu consejero escolar puede ayudarte a planear tu trayecto en la escuela secundaria con información útil que te ayudará a prepararte para tu carrera académica y futura.

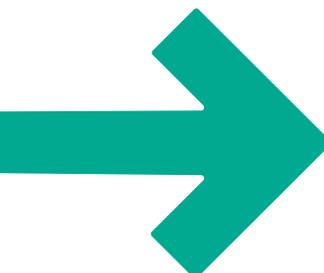
- **REÚNETE CON TU CONSEJERO ESCOLAR:** antes de reunirte con tu consejero escolar, debes estar listo para hablar sobre tus:
 - **Intereses:** toma el Inventario de intereses para prepararte y tener una idea de cuáles son tus intereses.
 - **Metas:** ¿tienes alguna universidad o carrera profesional en mente?
 - **Clases/calificaciones anteriores:** habla sobre tus clases actuales y qué clases te servirían.Agenda tiempo con el consejero y hazle saber la razón por la que quieres que se reúnan. Si tu consejero no tiene tiempo, pide una recomendación de alguien más con quien puedas hablar. ¡Sé honesto! Mientras mejor te conozca, más podrá ayudarte.
- **SELECCIONA DE LAS CLASES:** habla con tu consejero sobre cómo planificar los **CURSOS DE LAS MATERIAS FUNDAMENTALES** necesarias y elegir **OPTATIVAS** que concuerden con tus intereses. Encontrar clases nuevas y emocionantes que tomar es parte de la diversión de la escuela secundaria y puede ayudarte a descubrir qué carrera profesional te gustaría en el futuro.
- **PARTICIPA EN ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES:** la escuela secundaria no se trata solo de las clases. Unirte a distintos **EQUIPOS DEPORTIVOS, CLUBES O PROGRAMAS DESPUÉS DE CLASES** parece grandioso para la educación

después de la escuela secundaria y te da la oportunidad de hacer nuevos amigos, desarrollar aptitudes de integración de equipos y encontrar nuevos intereses y actividades que disfrutes. Los programas de apoyos económicos basados en méritos en muchos estados se les otorgan a los estudiantes por logros en el salón de clases y en los exámenes de ingreso a la universidad en las artes, deportes y otras áreas de logros según investigaciones hechas por ACT.



[Lee más sobre la participación en actividades de la educación secundaria y el éxito.](#)

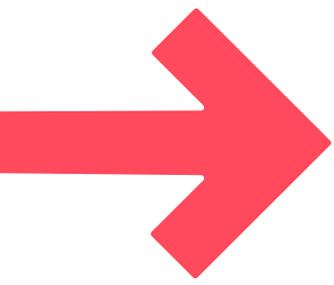
- **MIRA HACIA EL FUTURO:** todavía faltan muchos años para la graduación, pero si tienes dudas, puedes pedirle a tu consejero que te guíe en la dirección correcta con base en tus intereses e ideas de lo que estás considerando después de la escuela secundaria. Aunque esto será más importante en tu segundo y tercer año de la escuela secundaria, ¡no tiene nada de malo hacer preguntas!



Desarrolla hábitos de aprendizaje

Una nueva escuela significa aprender nuevas habilidades que te ayudarán a sobresalir en el salón de clases. Desarrollar buenos hábitos ahora te será de gran ayuda cuando asistas a la universidad y durante tu carrera profesional. Seguir estos consejos puede servirte para aprovechar más las clases, tiempos de estudios y toda tu experiencia en la secundaria.

- **PARTICIPA EN LAS DISCUSIONES EN CLASE.** No te sientes en la parte posterior sin hacer ruido: involúcrate en la conversación.
- **HAZ PREGUNTAS SI ALGO NO TE QUEDÓ CLARO.** Si tú no lo entendiste, es muy probable que los otros estudiantes tampoco. ¡No temas hacer preguntas!
- **ENVÍA MENSAJES DE CORREO ELECTRÓNICO A TUS MAESTROS** para pedir ayuda con las tareas después de las horas de clases. Infórmate sobre las políticas de correos electrónicos con tus maestros.
- **PERFECCIONA TUS APTITUDES BÁSICAS** en todas las clases. Puedes perfeccionar todas tus aptitudes en diferentes clases, como practicar tu redacción durante estudios sociales, usar álgebra en cursos de ciencias y más.
- **MANTENTE AL PENDIENTE DE LAS TAREAS DE LAS CLASES.** Usa listas, agendas o **APLICACIONES DE TELÉFONO** que te recuerden sobre las fechas de entrega, las tareas y los exámenes. Existen muchas aplicaciones gratuitas de productividad y agendas que pueden servirte.
- **APRENDE MECANOGRAFÍA.** Si es que aún no lo has hecho, practica tu mecanografía para ser más rápido y eficiente con tus tareas y ahorrar tiempo para actividades adicionales.
- **TOMA BUENAS NOTAS DURANTE LAS CLASES** escribiéndolas a mano en las clases y luego tecleándolas en la computadora más tarde. Así verás el material dos veces para agilizar tu proceso de aprendizaje y guardarás otra copia en tu computadora.
- Aprende a **REVISAR, CORREGIR Y REDACTAR NUEVAMENTE** tus tareas escritas. Usa recursos en línea y libros de referencia para practicar.
- **DESARROLLA APTITUDES PARA TOMAR EXÁMENES.** Lee la pregunta completa antes de contestar y mide tu tiempo para poder revisar tus respuestas. También puedes responder todas las preguntas fáciles primero y luego volver a las preguntas difíciles para tener un mejor ritmo.



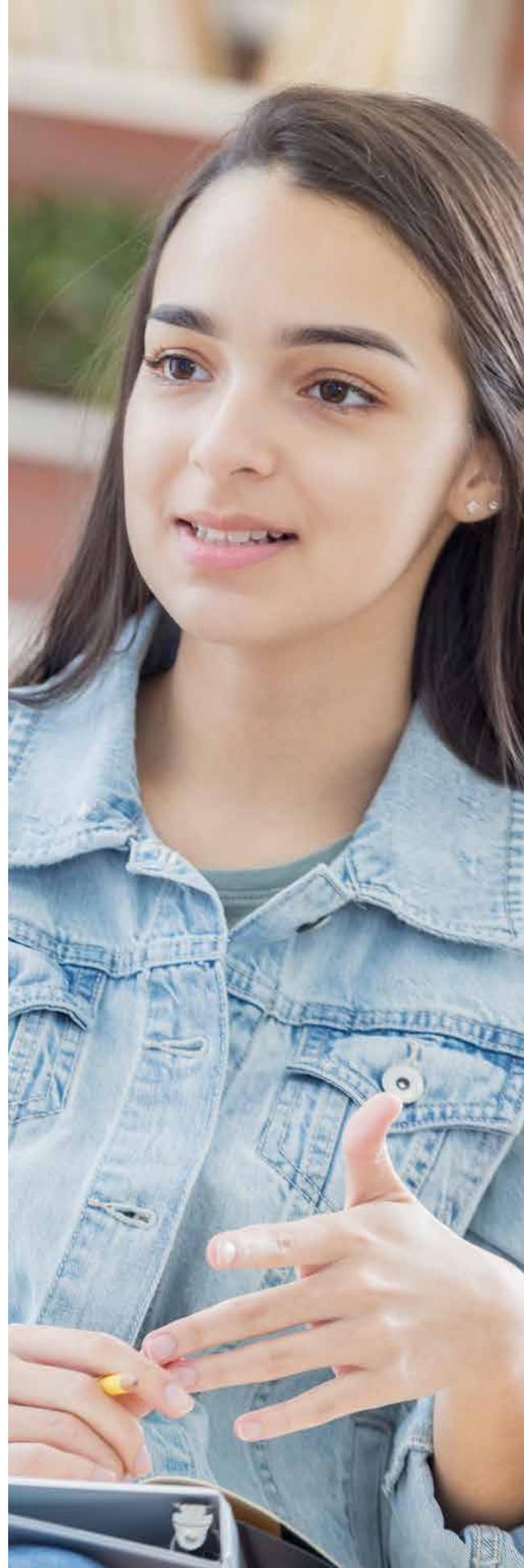
Expande tus habilidades sociales

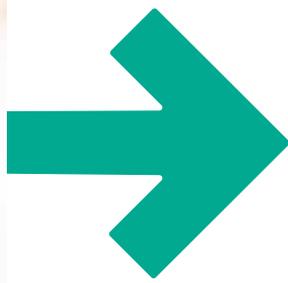
La escuela secundaria es un nuevo capítulo en tu vida, pero también es un paso importante en tu formación integral como persona. Desarrollar las habilidades sociales correctas y perfeccionar tus fortalezas de carácter es positivo para tu carrera académica y también te ayudará en toda tu carrera profesional.

- **MOTIVACIÓN:** ¿sabías que tu promedio general de la escuela secundaria está relacionado con la motivación?
- **AUTOCONTROL:** ¿sabías que al aumentar el autocontrol, los problemas de disciplina por semestre disminuyen?
- **COMPROMISO SOCIAL:** ¿sabías que los estudiantes que participan en dos o más actividades extracurriculares durante la escuela secundaria tienen mayores tasas de retención universitaria?

La combinación de **AUTOCONTROL + PARTICIPACIÓN SOCIAL + MOTIVACIÓN = MAYOR APRENDIZAJE Y ÉXITO.**

Estas características y hábitos son igual de importantes para asegurarte de enfocarte en las tareas, interactuar positivamente con otros estudiantes y maestros y ayudarte a perseverar cuando las cosas se vuelven estresantes.





La planeación de tu futuro empieza ahora

Nunca es demasiado temprano para planificar para la universidad y tu carrera. Habla de tu futuro con las personas en las que confías (padres, consejeros, amigos) y empieza a hacer un plan para después de la graduación.

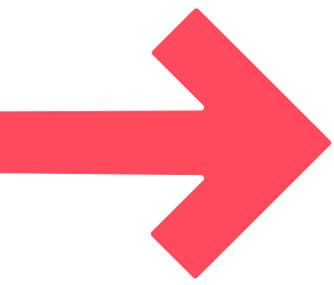
Hay muchas maneras de obtener tu carrera profesional. Algunas personas van a la universidad y otras pasan directamente de la escuela secundaria a una carrera profesional. A modo informativo, los estudios indican que:

- Las personas con títulos universitarios o certificaciones **GANAN APROXIMADAMENTE 56 % MÁS** que aquellas que solo tienen un diploma de escuela secundaria.
- Pocos trabajos que requieren solo un diploma de escuela secundaria tienen la oportunidad de **ASCENSOS LABORALES**.

Fuentes: Departamento del Trabajo de Estados Unidos, Dirección de Estadísticas Laborales de Estados Unidos, Instituto de Política Económica, Centro de Educación y Fuerza Laboral.

Además de mejores sueldos, tener un título universitario o una certificación como el Certificado Nacional de Preparación Profesional® de ACT® te ofrece más posibilidades para tu futuro. Esto incluye un empleo más estable, mayores beneficios y mejores opciones de carreras profesionales.

[**Conoce más sobre NCRC aquí.**](#)



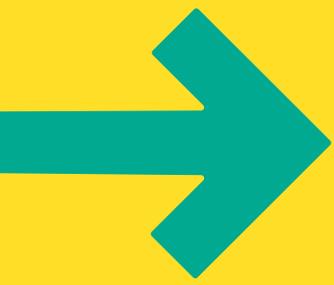
Aprovecha las actividades extracurriculares

La escuela secundaria es un gran momento para explorar actividades nuevas y emocionantes que te ayuden a desarrollar tus intereses y habilidades sociales. La mayoría de las escuelas secundarias ofrecen todo tipo de actividades extracurriculares para los estudiantes. Algunas actividades, como música, banda o teatro están basadas en el plan de estudios y pueden recibir calificaciones. Otras están diseñadas para darte experiencias y habilidades nuevas, así como oportunidades de hacer nuevos amigos. Los datos de ACT indican que, sin importar el promedio general (GPA) de un estudiante de secundaria, participar en actividades escolares está relacionado con mayores calificaciones de ACT y con el éxito después de la graduación.

Descubre qué actividades extracurriculares ofrece tu escuela. Hay actividades para atletas, matemáticos, actores, músicos, constructores, jugadores, artistas, extrovertidos e introvertidos. Si hay algo que disfrutas, existe un equipo o grupo de personas que piensan como tú y te están esperando.

- **NUESTRO CONSEJO:** aprovecha todas las oportunidades que puedas de estas opciones.
- **ADEMÁS:** a las universidades y los empleadores les gusta ver actividades extracurriculares en tus transcripciones y currículum. Estas actividades desarrollan habilidades de trabajo en equipo y prueban que tienes más que conocimientos teóricos. Asimismo, algunos de ellos pueden ayudarte a obtener becas o subvenciones para pagar la universidad.





Lista de verificación del primer año de escuela secundaria

Aprovecha al máximo tu primer año con esta lista de todo lo que debes tomar en cuenta hacer:

- Crea nuevos hábitos de estudio haciendo un horario para tareas, revisión de notas y grupos de estudio.
- Compra una agenda o descarga aplicaciones que te den recordatorios y fechas de entrega de tus tareas.
- Desarrolla un sistema para tomar notas en clase que funcione bien para ti.
- Únete a actividades extracurriculares como deportes, artes, servicios y más. Expandirán tus experiencias de vida y te mantendrán activo, brindándote mucho material para tus solicitudes universitarias y profesionales.
- Conoce tus intereses y habilidades. [Crea una cuenta MyACT gratuita y haz un inventario de intereses](#) y haz un Inventario de intereses. Esto señala tus intereses y habilidades, te muestra posibles carreras profesionales y universitarias y te ayuda a usar esos intereses para entender qué carrera(s) universitaria(s) elegir.
- Reúnete con tu consejero escolar para seleccionar tus materias fundamentales. Recuerda que ACT recomienda 4 años de inglés, 3 años de matemáticas (que incluyan álgebra I, geometría y álgebra II), 3 años de ciencias (que incluyan biología, química y física) y 3 años de estudios sociales.
- Considera buscar y solicitar empleos de medio tiempo que puedas tener durante la escuela secundaria. Tener un empleo de medio tiempo te ayudará a ahorrar para la universidad con anticipación y te enseñará valiosas habilidades para la vida, como el trabajo en equipo, resolución de problemas, manejo financiero y productividad.
- Mantén tu mente despierta leyendo libros y revistas para desarrollar tus habilidades de lectura. Encuentra maneras de practicar lo académico fuera del salón, como escribir un blog o dar tutorías de matemáticas.
- Habla con tu consejero, maestro o con otros adultos y profesionales acerca de oportunidades universitarias y carreras profesionales después de la escuela secundaria. Visitar los sitios web de las universidades o investigar acerca de becas, subvenciones y carreras profesionales te dará una mejor idea para elegir un camino en los años que vienen.

ACT[®]

Conéctate con nosotros **act.org**