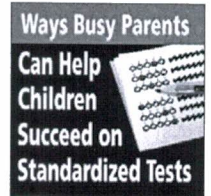


Listening and Following Directions For Test Success



Did you know that one of the biggest reasons many children do poorly on tests is that they fail to carefully read, or listen to, the test directions—and then follow them exactly?

In most schools, students spend over half their time listening. In fact, they spend more time listening than they do reading, writing, answering questions—or anything else! But educators say many students are poor listeners and the information seems to go “in one ear and out the other.”

Like any other skill, students can become better at listening and following directions with practice. You can help at home. Here's how:

1. **Be a good listening model for your child.** If children are listened to, they learn how to listen. Show respect when your child is speaking. Give her your full attention. Encourage her as she is talking by nodding or saying things like “I see.” Tell her if you don't understand what she is saying.
2. **Practice “active listening” together.** It's a fun, yet powerful, listening technique. Here's how it works:
 - Speaker #1 talks about something.
 - Speaker #2 listens and concentrates on what the first speaker says, then summarizes what was said.
 - Speaker #1 approves the second person's summary.
 - Speaker #2 can now express his opinion.
3. **Play the “10 Questions” TV game.** Choose a television program to watch together. As you watch, think of questions about the program that you can ask your child when it is over. (That requires careful listening!) Have your child make a list of questions for you at the same time. After the program, each person can ask the other 10 questions about the show: “Why did the main character say she wanted to go to the party?” “Who first mentioned the letter?” See who can get the most questions right.
4. **Use the magic of “car time.”** Try bringing up something you want to talk about with your child while just the two of you are riding in the car. Turn off the radio. Then bring up the subject. Or ask your child if there's anything he wants to talk about. There is something almost magic about car time that makes it easier to listen and really hear what the other person is saying.
5. **Give directions that are more complicated than your child is used to.** If a one-step direction, such as “Take off your coat,” is easy for her, add another step, such as “Take off your coat and put it in the closet.” When she's ready, add a third step like, “... then come back to me.”
6. **Play “Simon Says.”** It's an old game, but it's fun and effective at teaching careful listening. Your child should follow the directions only if the words “Simon Says” come first. If he doesn't hear those words, he should keep still. He'll have to listen carefully.
7. **Use hobbies to teach following directions.** Find an inexpensive model airplane or car at a toy store. Have your child read and carefully follow the directions provided. Or try cooking together with your child following the step-by-step directions to make cookies or something else good to eat. (Be sure to supervise your child carefully.)



Consejos para seguir direcciones y rendir bien en las pruebas



¿Sabía usted que una de las razones por la cuales los chicos sacan malas calificaciones en las pruebas es porque no leen o escuchan cuidadosamente las instrucciones, y por tanto, no las siguen al pie de la letra?

En la mayoría de las escuelas, los chicos pasan la mitad del tiempo escuchando. De hecho, pasan más tiempo escuchando que leyendo, escribiendo, respondiendo preguntas o cualquier otra cosa. Pero los educadores dicen que muchos estudiantes no son buenos oyentes, que “lo que les entra por un oído, se les sale por el otro.”

Como cualquier cosa, los estudiantes pueden mejorar la habilidad de escuchar y seguir direcciones con práctica. Le sugerimos cómo podría hacerlo en casa:

- Dé el ejemplo de cómo escuchar.** Si usted escucha a su hijo, él aprenderá a escuchar. Cuando su hijo hable, respételo. Préstele toda su atención. Anímelo cuando hable. Asienta con la cabeza y diga cosas como, “comprendo” o “ya veo,” para demostrarle que está interesado. Admítalo si hay algo que no entiende.
- Practique cómo “escuchar activamente.”** Es una técnica divertida y eficaz para aprender a escuchar que usted puede practicar en casa con su hijo. Funciona así:
 - La 1^{ra} persona habla de algo. (“Esto es lo que hice en la escuela.” “Estos son mis planes para la noche.”) La otra escucha y se concentra en quien habla.
 - La 2^{da} persona resume lo que la 1^{ra} persona acaba de decir.
 - La 1^{ra} persona tiene que aprobar el resumen de la 2^{da} persona.
 - La 2^{da} persona puede ahora expresar su opinión.
- Juegue “Las 10 preguntas.”** Elija un programa de televisión y véanlo juntos. Piense en posibles preguntas del programa que usted podría hacerle a su hijo cuando termine (para ello, es necesario escuchar atentamente). Pídale a su hijo que haga una lista de 10 preguntas del programa: “¿Por qué dijo el personaje principal que quería ir a la fiesta?” “¿Quién mencionó la carta primero?” Vea quién tiene un mayor número de respuestas correctas.
- Aproveche la magia del “Tiempo en el automóvil.”** Cuando esté en el auto con su hijo, trate de abordar un tema del que quiera hablar con él. Apague la radio. Luego, saque el tema a colación. O pregúntele a su hijo si quiere conversar de alguna cosa. El tiempo que uno pasa en el auto, yendo y viniendo, es casi mágico: es más fácil escuchar y concentrarse en lo que la otra persona dice. Es una buena práctica.
- Dé instrucciones más complicadas de las que su hijo recibe usualmente.** Si una instrucción simple, tal como, “quítate el abrigo” le resulta muy fácil, agregue otro paso, como, “quítate el abrigo y ponlo en el ropero.” Cuando esté listo, incluya un tercer paso, “... y luego vuelve a la cocina.”
- Juegue “Simón dice.”** Es un juego conocido, pero divertido y muy eficaz para enseñar a escuchar. Su hijo debería seguir las instrucciones sólo si están precedidas por las palabras, “Simón dice.” Si no las escucha, no debe hacer nada. Esto lo obliga a escuchar atentamente.
- Aproveche un pasatiempo favorito para enseñarle a seguir direcciones.** En una juguetería, compre un avión o automóvil para armar. Pídale a su hijo que lea y siga las instrucciones incluidas. O trate de cocinar siguiendo una receta de galletas o cualquier otro platillo paso a paso. (Recuerde que debe supervisar a los más pequeños.)



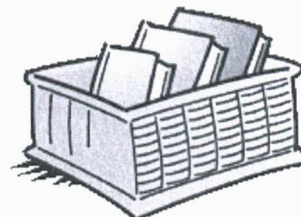
12 Ways Parents Can Help Children Succeed on Standardized Tests



Education has never been more important than it is today. Your child's future depends on it. Our entire country's future depends on it, too! That's what's driving all the emphasis on improving our schools. Standardized tests are one important way to measure how well our kids—and our schools—are doing. But schools can't do it all alone.

As a parent you have a unique, wonderful and powerful influence on your child. You can use that power to make sure your child does well in school—and on tests. Here's how:

1. **Make sure your child is in school every day.** Tests measure what children have learned—and they can't learn if they're not in school. It's as simple as that.
2. **Make sure your child gets enough sleep, exercises and eats right.** It's what many call "wellness." Getting enough sleep is really important every day—but especially the night before a test. The reason is simple: When kids don't get enough sleep, they often have problems in school. And students can't do their best on tests when they're tired.
3. **Build your child's reading skills at home.** Let your child see you reading. Help him find books at the library at his reading level. Read aloud together.
4. **Help your child develop good study skills.** The real secret is enforcing routine study time every day. That way you'll have no arguments. If your child has no homework assigned, then have her review previous lessons.
5. **Make sure your child knows when tests are coming up and why they are important.** If you think tests are important, your child will, too.
6. **Help your child overcome test anxiety.** Encourage your child to take a few deep breaths before starting a test. Encourage him to "see" himself doing well as he takes the test.
7. **Instill a positive attitude about school in your child.** Speak positively about tests and about your child's teacher. Attend school events and parent-teacher conferences.
8. **Help your child set and achieve goals.** Write down the goals and post them where your child can see them. Talk about ways to reach each goal. Check for progress. Look for lessons in both success and failure. Don't forget to celebrate progress.
9. **Help your child develop confidence in herself and her abilities.** Give your child chores that she can complete on her own. Allow her to make choices. Even small choices help a child feel capable and competent.
10. **Help your child learn to listen and follow directions carefully.** Poor listening results in children not following directions—and that's a sure way to hurt their scores on standardized tests. Play a treasure hunt game. Write clues on slips of paper and hide them around your home. Provide a small "treasure" (perhaps a healthy snack) at the end.
11. **Make sure your child knows that you have high expectations.** Communicate your expectations using both words and actions. Tell your child that you know he can do well with his schoolwork and that you expect him to do his best.
12. **Stay in touch with your child's teachers and work with them as a team to help your child learn.** Make a point of getting to know your child's teachers, responding promptly to notes teachers send home—and perhaps most importantly—contacting the school right away if you have any questions or concerns. Don't wait until a little problem becomes a big one!

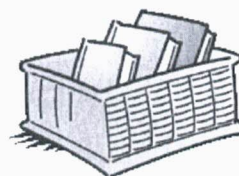


Doce cosas que los padres pueden hacer para ayudar a los hijos con las pruebas estandarizadas

Hoy en día, la educación es más importante que nunca antes. El futuro de su hijo depende de ella. ¡Y el futuro de nuestro país todo, también depende de ella! Esto es lo que impulsa el énfasis que se está poniendo en mejorar nuestras escuelas. Las pruebas estandarizadas son una herramienta para evaluar cómo se están desempeñando las escuelas y los estudiantes. Pero las escuelas no pueden hacerlo todo.

Como padre, usted tiene una influencia única y muy fuerte en su hijo. Usted puede usarla para garantizar que sus hijos rindan bien en la escuela ... y en los exámenes. Aquí tiene cómo:

1. **Asegúrese de que su hijo asista a la escuela todos los días.** Las pruebas evalúan lo que los chicos han aprendido, y ellos no podrán aprender si no van a la escuela. En realidad, esto es algo muy simple.
2. **Encárguese que su hijo duerma lo suficiente, que se alimente bien y que haga ejercicio físico.** Esto es lo que muchos consideran “el bienestar” de un individuo. Dormir lo suficiente es muy importante todos los días, pero especialmente la noche antes de una prueba. La razón es muy simple: cuando los chicos no duermen bien, por lo general tienen problemas en la escuela. Y los estudiantes no pueden rendir bien en las pruebas cuando están cansados.
3. **Mejore las habilidades de lectura de su hijo.** Deje que su hijo lo vea leyendo. Ayude a su hijo a encontrar libros en la biblioteca apropiados para su nivel de lectura. Lean juntos en voz alta.
4. **Trabaje con su hijo para que adquiera buenos hábitos de estudio.** El verdadero secreto es sujetarse a la misma rutina de estudio todos los días. Por ello, no debería haber ninguna discusión de si su hijo tiene tarea o no. Si su hijo no tiene tarea asignada, puede repasar lo que haya aprendido.
5. **Verifique que su hijo sepa cuándo serán las pruebas y por qué son importantes.** Si su hijo sabe que usted considera que los exámenes son importantes, él creará lo mismo.
6. **Ayude a su hijo a sobreponerse a los nervios antes de la prueba.** Sugíerale que respire profundamente un par de veces antes de empezar. Pídale que se “imagine” rindiendo bien en la prueba.
7. **Incúlquele a su hijo una actitud positiva hacia la escuela.** Hable en tono positivo de las pruebas y de los maestros. Participe en las funciones de la escuela y asista a las reuniones de padres de familia.
8. **Ayude a su hijo a establecerse objetivos y a alcanzarlos.** Anote el objetivo y póngalo en un lugar donde su hijo pueda verlo. Hable de cómo podría lograrlo. Controle su progreso. Encuentre lecciones tanto en los éxitos como en los fracasos. No se olvide de celebrar el progreso.
9. **Ayude a su hijo a adquirir confianza en sí mismo y en sus aptitudes.** Asígnele a su hijo responsabilidades con las que pueda cumplir. Permítale a su hijo que tome decisiones. Incluso esas decisiones poco trascendentales ayudan a los chicos a sentirse capaces y competentes, permitiéndoles adquirir confianza día a día.
10. **Enséñele a su niño a ser un buen oyente y a seguir instrucciones.** Si los chicos no son buenos oyentes, no siguen las direcciones correctamente, y como resultado obtienen una mala puntuación en las pruebas estandarizadas. Pruebe el juego de búsqueda del tesoro. Anote instrucciones en pedazos de papel y escóndalos en varios lugares. Ofrezca un pequeño “tesoro” (tal vez un bocadillo) al final de la búsqueda.
11. **Verifique que su hijo sepa que usted tiene expectativas ambiciosas para él.** Comunique sus expectativas verbalmente y con acciones. Dígale a su hijo que usted sabe que él puede rendir bien en su trabajo y que usted espera que haga lo mejor que pueda.
12. **Manténgase en contacto con los maestros de su hijo y trabajen cooperativamente para ayudarlo a aprender.** Conozca a los maestros de su hijo, responda sin demora a las notas que los maestros manden a la casa, y tal vez lo más importante, comuníquese con la escuela inmediatamente si tiene alguna preocupación o pregunta. No espere hasta que un pequeño problema se convierta en uno mayor!



Study Habits For Test Success



Educators know a lot about studying and about what works best to help students learn. It makes sense that students who have good study habits do well in school and also on tests. But once kids know the best ways to study, the challenge is to get them to actually *do* it.

That's where "habits" come in. Habits are very powerful and we all have them—like brushing our teeth at bedtime or setting the alarm clock at night. You undoubtedly had to remind your child to brush her teeth before bed until it became a habit for her. You can help your child develop study habits in the same way.

To encourage study habits that will help your child do better in school and on tests, have your child:

1. **Set aside a specific time to study every day.** Athletes work out every day. Musicians practice every day. Successful students study every day. If no homework is assigned, your child can spend 30 minutes reviewing previous lessons.
2. **Have your child study in the same place every day.** Experiment to find what works best for your child. Some concentrate better with soft music in the background or with other people nearby. Others need to be alone and have as little noise as possible. Experts say having the TV on is never a good idea. Neither is talking on the phone during study time.
3. **Have your child make a list of what she needs to do each day.** Have her start with the toughest jobs when her brain is the freshest. The assignments will seem to get easier as she works along. It will also feel good to check off completed tasks as she finishes them!
4. **Set a timer—perhaps 15 minutes for math.** Try 20 minutes for reading. This will help him focus.
5. **Have your child make up her own test questions.** Then have her determine what the answers will be. She will be amazed at how accurate her own guesses can be.
6. **Suggest taking regular study breaks.** Brain researchers know students learn more in two 20-minute sessions than in one 40-minute period.
7. **Have your child divide longer assignments into shorter, manageable ones.** By dividing the assignments into smaller steps, and using a calendar to schedule them day by day, she can avoid discovering that she has a whole science fair project due tomorrow!
8. **Have your child write down his homework assignments in the same place every day—**such as a homework notebook or a daily planner.
9. **Get your child into the habit of going to bed at night and waking up every day at the same time.** Remember that most children need at least nine to ten hours of sleep each night.



Remember, don't try to start all of these ideas at once. Choose only a few at first. And be sure to involve your child. Talk together about how important it is to have good study habits. A student with good study habits is likely to do well in school—and on important tests



Consejos para adquirir buenos hábitos de estudio y rendir bien en las pruebas



Los educadores saben mucho de lo que se necesita para estudiar, de lo que funciona mejor para ayudar a los chicos a aprender. Es lógico creer que aquellos estudiantes que tienen buenos hábitos de estudio, tendrán un buen aprovechamiento en la escuela y sacarán buenas calificaciones en las pruebas. Pero una vez que los chicos saben cuál es la mejor manera de estudiar, el verdadero problema es lograr que efectivamente lo *hagan*.

Es aquí donde viene a “los hábitos.” Los hábitos son muy eficaces, y todos nosotros los tenemos: lavarnos los dientes, poner el despertador la noche antes. Sin lugar a dudas usted tenía que recordarle a su hijo que se lavara los dientes todas las noches, hasta que se le hizo un hábito. Puede ayudar a su niño a adquirir el hábito de estudiar de la misma manera.

Para animarlo a adquirir estos hábitos que lo ayudarán a rendir mejor en la escuela y las pruebas, pídale que:

- 1. Programe estudiar en casa a la misma hora todos los días.** Los atletas entrenan todos los días. Los músicos practican todos los días. Los buenos estudiantes estudian todos los días. Si no tiene tarea, puede pasar unos 30 minutos repasando las lecciones anteriores.
- 2. Estudie en el mismo lugar todos los días.** Pruebe varias opciones hasta encontrar la que le funcione mejor a su niño. Hay estudiantes que se concentran mejor con música suave de fondo, o con otras personas a su alrededor. Otros necesitan estar solos y en silencio. Los expertos señalan que nunca es buena idea tener la televisión encendida. Tampoco funciona hablar por teléfono durante el período de estudio.
- 3. Haga una lista de lo que debe hacer ese día.** El primer ítem debe ser la tarea que menos le gusta. De este modo, terminará lo más difícil cuando todavía esté fresco. Las tareas le parecerán más fáciles, ¡y se sentirá bien al ir tachándolas a medida que las va completando!
- 4. Use un cronómetro para las tareas—15 minutos para matemáticas, 20 minutos para leer el libro.** Esto lo ayudará a concentrarse.
- 5. Elabore preguntas que él cree estarán incluidas en la prueba,** tratando de imaginarse lo que la maestra evaluará. Se sorprenderá al ver lo acertadas que son sus sugerencias.
- 6. Descanse a intervalos regulares.** Los expertos que estudian el funcionamiento del cerebro saben que los chicos estudian mejor en dos sesiones de 20 minutos que en una de 40.
- 7. Divida las tareas grandes en secciones cortas, más fáciles de completar.** Al dividir las en secciones más cortas, y al usar un calendario para fijar plazos para cada una, día a día, evitará descubrir que debe terminar el enorme proyecto de ciencia ¡para mañana!
- 8. Anote sus tareas en el mismo lugar todos los días,** ya sea en un cuaderno o una agenda.
- 9. Ayude a su hijo a tomar la costumbre de acostarse y levantarse todos los días a la misma hora.** Recuerde que la mayoría de los niños necesitan por lo menos nueve a 10 horas de sueño por noche.



No trate de hacer todo al mismo tiempo. Escoja sólo unos pocos a la vez, cuando usted quiera que él los adquiera. Y asegúrese de que su hijo participe. Hable con él de la importancia de tener buenos hábitos de estudio. Un estudiante con buenos hábitos de estudio probablemente rendirá bien en la escuela—¡y en las pruebas!

Reading Skills For Test Success

Ways Busy Parents
Can Help
Children
Succeed on
Standardized Tests

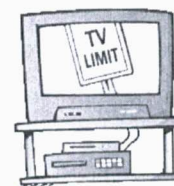


There's a good reason reading is the first of the traditional "three R's" of education (Reading, 'Riting and 'Rithmetic). If a student can't read well, he won't learn much in class, he'll struggle with homework, and he'll do poorly on tests, since tests are designed to measure what students learned in class and on assignments.

Students who do well in school also do well on tests—it's just that simple. And research shows that when parents get involved and work as a team with the school, kids do better in school—and on tests.

Here are five ways you can build your child's all-important reading skills at home:

- 1. Control the TV set.** Don't put a TV in your child's room. It will rob your child of time he could spend reading. Make a weekly TV viewing plan as a family. Decide in advance what your child will watch and mark it on a calendar.
- 2. Make sure your child sees you reading.** If she sees you reading, she knows you think it's important—and she'll be more interested in reading, too.
- 3. Make sure your child finds interesting things he really wants to read.** What does he love to do? Does he like animals? Does he have a favorite movie star or recording artist? No matter what his interests are, there's sure to be a lot to read on the subject in magazines, books, newspapers or even catalogs and advertising fliers. The librarian at your local library can help you find good materials.
- 4. Help your child read for meaning.** Here's how:
 - ◆ Read something interesting together. Then ask each other questions such as: What is the main point of the article? What did you learn from it? What surprised you?
 - ◆ Encourage your child to look for the "Big Idea" as she reads. Have her ask herself: What is the main idea of the paragraph? What is this page about? What is the point of this chapter?
 - ◆ Discuss ways she can spot the important points in what she is reading. Have her look for:
 - Headlines or words in bold type.
 - Pictures and charts.
 - Information presented in special boxes.
 - A summary at the end of a chapter.
- 5. Point out how important reading for meaning is in everyday life.** Read the newspaper together. Have your child help you when you use the phone book. Have him read food labels with you.



It's been proven again and again that children who can read well—and understand the meaning of what they read—will learn more in school. And that school success becomes test success as well.

One of the greatest gifts you can give your child is the love of reading—and the ability to find meaning in what she reads. And it's one of the few things you can give your child that will help her succeed in school, on tests—and in life.

Consejos para mejorar la lectura y rendir bien en las pruebas

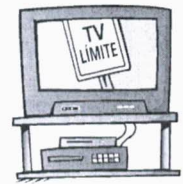


Hay una buena razón por la cual la lectura es uno de los pilares básicos de la educación. Si un estudiante no puede leer bien, no aprenderá en clase, tendrá dificultades con las tareas y no se desempeñará bien en los exámenes, ya que éstos están diseñados para evaluar lo que los estudiantes aprendieron en la clase y en las tareas.

Los estudiantes que tienen un buen aprovechamiento en la escuela, rendirán bien en las pruebas, es así de simple. Y los estudios revelan que cuando los padres participan en la educación de sus hijos y cooperan con la escuela, a los chicos les va mejor tanto en la escuela como en las pruebas.

Aquí tiene algunas cosas que puede hacer en la casa para mejorar la lectura de su hijo:

- 1. Controle la televisión.** Saque la televisión del dormitorio de su hijo. Mientras más fácil y conveniente le resulte ver tele, menos probable es que su hijo tome un libro. Elabore un horario de tele con la familia. Decida con antelación qué programa verán y anótelos en el calendario.
- 2. Encárguese de que su hijo lo vea leyendo.** Si él lo ve haciéndolo, se dará cuenta que es algo importante para usted, y se interesará más por leer él también.
- 3. Ayude a su hijo a buscar material de lectura interesante.** ¿Qué es lo que le gusta hacer? ¿Acaso le gustan los animales? ¿Tiene un actor o un cantante favorito? Sea cual fuera su interés, con certeza que habrá mucho material de lectura sobre el tema: revistas, libros, diarios o catálogos y folletos. La bibliotecaria en su biblioteca local puede ayudarlo a encontrar material apropiado.
- 4. Ayude a su hijo a mejorar la lectura de comprensión.** Aquí tiene cómo:
 - ♦ Lean algo interesante. Luego, túrnense para hacerse preguntas como: ¿Cuáles son los puntos salientes del artículo? ¿Qué aprendiste del artículo? ¿Qué te pareció sorprendente?
 - ♦ Anime a su hijo a buscar la “Idea principal” a medida que lee. Pídale a su hijo que se haga las siguientes preguntas: ¿Cuál es la idea principal de este párrafo? ¿De qué se trata esta página? ¿Cuál es el punto de este capítulo?
 - ♦ Comenten las maneras de identificar los puntos importantes en lo que está leyendo. Pídale que se fije en las palabras:
 - En encabezamientos o en negrita.
 - Acompañadas por ilustraciones o tablas.
 - Destacadas en un recuadro.
 - Resumidas en una lista al final del artículo o el capítulo.
- 5. Señálele a su hijo lo importante que es la lectura de comprensión en la vida diaria.** Lean el diario. Pídale a su hijo que le ayude cuando utilice la guía de teléfono. Lean los envases para alimentos.



Se ha demostrado una y otra vez que los estudiantes que leen bien y comprenden el significado de lo que están leyendo, aprenderán más y mejor en la escuela. Y que el buen desempeño en la escuela se traduce en un buen desempeño en las pruebas.

Uno de los mejores regalos que le puede dar a su hijo es el amor por la lectura, y la capacidad de comprender el significado de lo que lee. Y es una de las pocas cosas que le puede dar a su hijo que lo ayudará a triunfar en la escuela, en las pruebas y en la vida.

