

# POR QUÉ LA PARTICIPACIÓN EN LAS EVALUACIONES ESTATALES ES IMPORTANTE PARA LOS ESTUDIANTES



## ¿Cómo me ayudan las evaluaciones estatales?

- Te permiten una oportunidad para demostrar lo que sabes y puedes hacer en Artes del Lenguaje Inglés, Matemáticas y Ciencias. Esto puede ayudarte a determinar cuál será el enfoque de tu aprendizaje siguiente.
- Proveen para ti y tu familia una información confiable que pueden usar para comparar con la información de otras evaluaciones, como calificaciones y los resultados de las evaluaciones de la escuela y el distrito.
- Tu participación provee a tus maestros y líderes escolares una información para mejorar el currículo y las prácticas de enseñanza que usan para apoyar a los estudiantes.
- Las evaluaciones son una parte regular del aprendizaje y ayudan a guiar las decisiones de aprendizaje a nivel del sistema, y esto es una buena práctica para prepararte para las evaluaciones que podrías tener durante tu trayectoria en la universidad y/o una carrera.

## ¿Cuáles son algunas cosas que debo tener en cuenta?

- Si te sientes nervioso(a) cuando tomas una evaluación, practica las estrategias que te ayuden a relajarte durante la evaluación (por ejemplo: ejercicios de respiración, estiramiento, relajación de músculos).
- Habla con tu familia o maestro para ver si hay cosas que podrían facilitar que tomes las evaluaciones estatales de Oregón, tales como más tiempo o un área tranquila.