

Actividades de transición para educadores y familias

Cuando los estudiantes cambian de una etapa de aprendizaje a otra (por ejemplo, de escuela intermedia a secundaria o de la escuela a la capacitación laboral), necesitan ayuda adicional. Esta guía ofrece actividades sencillas que familias y maestros pueden usar **juntos** para apoyar a los estudiantes durante ese cambio.

Por qué es importante

Las transiciones pueden ser difíciles. Realizar actividades sencillas y planificadas puede ayudar al estudiante a sentirse preparado, desarrollar hábitos sólidos y tener un buen desempeño. Cuando padres y maestros trabajan en equipo, el estudiante cuenta con más apoyo.

Actividad 1: Establecer objetivos claros

- Conversen con el estudiante sobre lo que quiere hacer a continuación (en clase, capacitación o trabajo).
- Escriban un objetivo a corto plazo (como "Terminaré mi tarea todos los días esta semana").
- Escriban un objetivo a largo plazo (como "Completaré un programa de capacitación el año que viene").
- Elaboren un plan de acción sencillo: enumeren de 2 a 3 pasos que el estudiante dará esta semana.
- Revísenlo una vez por semana: ¿Lo hicieron? ¿Qué salió bien? ¿Qué podemos intentar de forma diferente?

Actividad 2: Hacer un horario diario

- Ayude al estudiante a hacer una lista de tareas para el día o la semana (tareas, quehaceres, descansos).
- Determine qué tareas son las más importantes o urgentes.
- Use un calendario, una tabla o un horario visual (por ejemplo, lunes: Tarea de 4 a 5 p. m.; Descanso de 5 a 5:30 p. m.).
- Use cronómetros, alarmas y recordatorios.
- Al final de la semana: revise el horario. ¿Qué funcionó? ¿Qué no? Haga cambios para la próxima semana.

Actividad 3: Tomar buenas notas y organizar la información

- Enseñe al estudiante a anotar las ideas clave durante la lectura o la clase (o use un dispositivo si es necesario).
- Use organizadores gráficos, como recuadros o redes, para agrupar las ideas.
- Después de leer, pregunte: "¿Cuál fue la idea principal? ¿Cuáles fueron los detalles complementarios?".
- Ayude al estudiante a crear una carpeta (en papel o digital) para cada tema o área de capacitación.
- Revise las notas regularmente: una o dos veces por semana.

Actividad 4: Mejorar las habilidades de memoria

- Use trucos sencillos como acrónimos (por ejemplo: PEAS = Please Eat A Sandwich) para recordar listas.
- Divida fragmentos grandes de información en fragmentos más pequeños.
- Use la repetición: repase las nuevas ideas más de una vez.
- Use recursos visuales, historias o asociaciones (vincula la nueva idea con algo ya conocido).
- Practique: convierta lo aprendido en una presentación corta o enséñele algo a otra persona.

Actividad 5: Trabajemos juntos para pedir ayuda

- Anime al estudiante a hablar con otros: compañeros, amigos, tutores.
- Los maestros y las familias deben estar atentos: preguntar "¿Cómo va?" "¿Necesitas ayuda?".
- Formen un equipo: padre/madre/tutor + maestro + estudiante. Programen una reunión periódica (una vez al mes) para hablar sobre su progreso.
- Si el estudiante se estanca: busque ayuda de especialistas, mentores o servicios de apoyo (orientador escolar, orientador laboral, etc.).

Consejos para padres y maestros

- Use un lenguaje sencillo al hablar de nuevas actividades.
- Sea constante: las rutinas ayudan a los estudiantes a sentirse seguros y preparados.
- Celebre los pequeños logros: "¡Terminaste tu horario esta semana, excelente trabajo!".
- Sea flexible: si algo no funciona, ajústelo.
- Mantenga una comunicación fluida entre el hogar y la escuela/formación: compartan qué funciona y qué necesita cambios.