



Ten Parent Tips for Standardized Testing Success

1. Add test dates to your home calendar.
2. Speak positively about testing and encourage your child to take it seriously by doing his or her best.
3. If your child is anxious, encourage them to relax and take deep breaths during the test.
4. Have your child wear comfortable clothes the day of the test.
5. Make sure that your child is in bed early the night before the test. Studies show that well rested kids make for successful test-takers.
6. Have a healthy protein rich breakfast ready the morning of testing to sustain energy (E.g. Peanut butter & toast, eggs, yogurt, protein-rich cereal). Avoid sugar.
7. Remind your child to...
 - READ directions and questions completely and carefully
 - SKIP questions they do not know and come back to them
 - SPEND any extra time completing skipped questions and checking over work
8. Remind your child to ask questions about directions if they are not clear.
9. Let your child know that you are proud of them no matter what they score they receive.
10. Make sure your child arrives to school on time!



Diez Consejos para los Padres con Relación al Éxito de su Hijo/a en las Pruebas

1. Anote las fechas de las pruebas en el calendario de su hogar.
2. Hable sobre la prueba positivamente y anime a su hijo/a a que tome el examen con seriedad y a que haga su mejor esfuerzo en la prueba.
3. Si su hijo/a está ansioso/a, aliéntelo/a a que se relaje y que recuerde respirar profundamente durante la prueba.
4. Asegúrese que su hijo/a use ropa cómoda el día de la prueba.
5. Asegúrese que su hijo/a se acueste temprano la noche antes de la prueba. Los estudios muestran que los niños que descansan bien en la noche tienen más éxito en las pruebas.
6. La mañana del examen, tenga listo un desayuno saludable y rico en proteínas que ayude a mantener la energía (Ej. Tostada con mantequilla de cacahuates, huevos, yogur, cereal rico en proteínas) —Evite el azúcar.
7. Recuérdele a su hijo/a que...
 - LÉA las instrucciones y las preguntas completamente y cuidadosamente
 - OMITA las preguntas que no sepa y regrese a ellas al final
 - PASE cualquier tiempo adicional completando las preguntas omitidas y revisando su trabajo
8. Recuérdele a su hijo/a a que haga preguntas si las instrucciones no están claras para él/ella.
9. Déjele saber a su hijo/a que usted está orgulloso/a de él/ella no importando la puntuación que reciba en la prueba.
10. ¡Asegúrese que su hijo/a llegue a tiempo a la escuela!