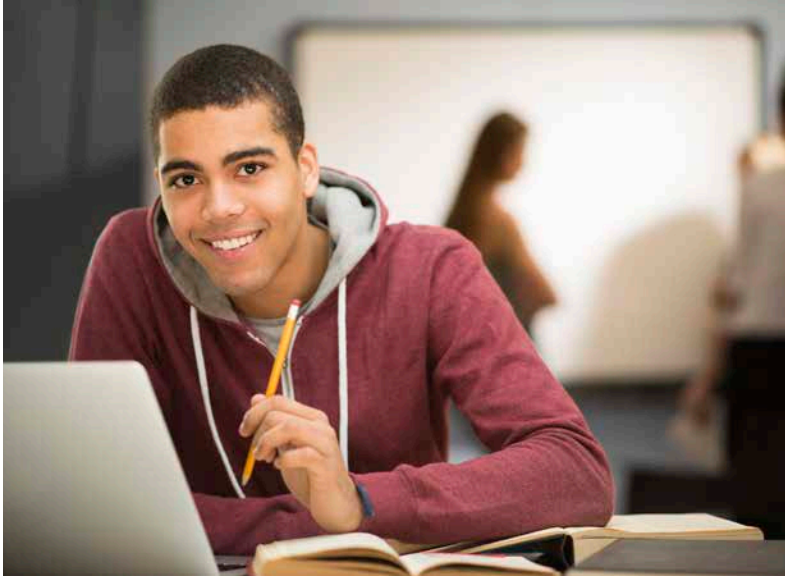
Prepárate para la universidad desde tu sofá

Tu guía para navegar el proceso de admisión a la universidad desde la comodidad de tu hogar.

ACT®

Cómo hacer una visita **virtual** a un campus universitario



- **INVESTIGA LA CIUDAD CIRCUNDANTE.** La comunidad tendrá un impacto en tu experiencia universitaria. Investiga un poco en línea para entender mejor dónde estarás viviendo y obtén información sobre los beneficios disponibles afuera de los confines del campus.
- **LEE LOS PERFILES DE ESTUDIANTES.** La mayoría de las universidades tienen una colección de testimonios de estudiantes en su sitio web o canales de redes sociales. Léelos para saber más sobre tus compañeros y visualízate en sus lugares.
- **SUSCRÍBETE AL PERIÓDICO.** El periódico estudiantil es escrito por estudiantes y los artículos cubren historias que les interesan a los estudiantes del campus. Busca una publicación reciente para obtener información sobre los eventos y opiniones escritos por potenciales compañeros.
- **TOMA UN RECORRIDO VIRTUAL.** Muchas instituciones de educación superior y universidades tienen un recorrido en fotografías o videos del campus en su sitio web. Estos pueden ayudarte a que te des una idea de cómo son los salones de clase, dormitorios, comedores y lugares populares en el campus.
- **REVISA LA PÁGINA INICIAL DE LA UNIVERSIDAD.** Parece algo simple, pero la página inicial de una universidad a menudo enfatiza las áreas en las que sobresale. Si no tienes tiempo de investigar a fondo, echa un vistazo a la información y anota las partes que más te interesa conocer a detalle. Luego, marca el sitio web como favorito para que puedas revisarlo después.
- **USA LOS MAPAS EN LÍNEA.** Los mapas que se encuentran en Internet pueden hacer más que solo llevarte del punto A al B. Úsalo para ver el campus desde una vista aérea para entender mejor el tamaño del campus. O intenta calcular la distancia entre lugares comunes, como la biblioteca y el comedor. Usa características adicionales para ver los restaurantes, teatros y cafeterías que estén a corta distancia de los dormitorios.
- **SIGUE SUS CANALES SOCIALES.** La mayoría de las universidades tienen algún tipo de presencia en redes sociales. Sigue en Instagram, Twitter y YouTube a las escuelas a las que te interesa solicitar admisión para obtener novedades breves sobre lo que ocurre en el campus.

Cómo pedir una **carta de recomendación**

- **PÍDESELA A ALGUIEN QUE TE CONOZCA BIEN.** El recomendador debe poder hablar de tu personalidad y dar una idea de quién eres más allá de tus calificaciones. Pídesela a alguien con quien interactúas regularmente, como un maestro, consejero, empleador o líder comunitario.
- **DALE A TU RECOMENDADOR MUCHO TIEMPO.** Trata de no esperar hasta el último momento para pedir una carta de recomendación: da a su recomendador al menos un mes para escribir una carta. La solicitud debe ser genuina y sincera. Habla sobre el impacto que ellos han tenido en tu vida y explica lo agradecido que estás por su orientación.

- **FACILITA LAS COSAS PARA LA PERSONA QUE TE RECOMENDARÁ.** Después de haber solicitado una carta de recomendación, proporciona a esa persona todos los detalles necesarios:

  - Para qué es la carta (solicitud de admisión a la universidad, trabajo, beca)
  - A quién dirigir la carta
  - Requisitos de la entrega, incluida la fecha límite y el formato deseado

  También puedes incluir materiales que necesitan para "alardear" sobre ti. Incluye información personal que describa: aspiraciones futuras, carrera universitaria prevista, premios, honores, logros y actividades extracurriculares relevantes.

  Estos materiales ayudarán a tu recomendador a mantenerse concentrado en temas clave al tiempo que incluye anécdotas personales.
- **SEGUIMIENTO Y AGRADECIMIENTO.** A medida que se aproxima la fecha límite, es una buena idea comunicarte con las personas que te recomendarán y recordarles amablemente que envíen sus cartas. Después de que hayan enviado su carta, escribe una carta agradeciéndoles su tiempo y dedicación en ayudarte a alcanzar tus objetivos.

Lista de verificación de la **ayuda financiera** para pagar la universidad

- ☐ **EMPEZAR A AHORRAR.** Cuando se trata de ahorrar para la universidad, cada centavo cuenta. Ahora es el momento de asumir la responsabilidad de tus finanzas. Lleva un registro de tus hábitos de gastos e identifica las áreas donde puedes restringirte.

- ☐ **FAMILIARIZARSE CON EL PROCESO.** Comprender los pormenores de la ayuda financiera puede ser una tarea intimidante. Lee artículos y habla con amigos o familiares que ya hayan pasado por el proceso de solicitud de admisión a la universidad.

- ☐ **HABLAR ACERCA DE FINANCIAR TU FUTURO.** Es importante saber cuál es tu presupuesto antes de elegir una escuela para que puedas calcular la cantidad de dinero que necesitas obtener a través de ayuda financiera y ahorros.

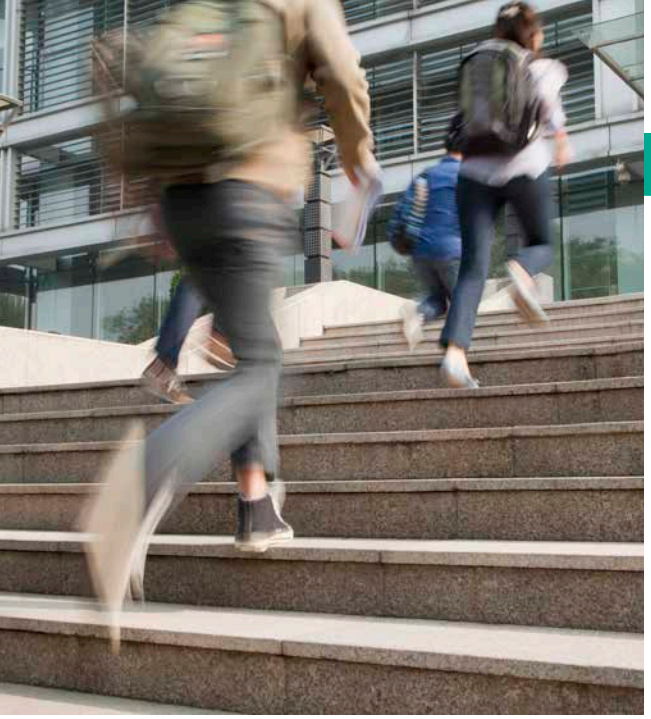
- ☐ **ENTENDER LOS GASTOS UNIVERSITARIOS.** Dedica un poco de tiempo a investigar los costos típicos asociados con el pago de la universidad. Las herramientas como la Tarjeta de puntuación de universidades del Departamento de Educación de los Estados Unidos pueden brindarte una imagen rápida de las escuelas según el programa, la ubicación y la capacidad de estudiantes.

- ☐ **REUNIR LOS DOCUMENTOS NECESARIOS.** Antes de comenzar el proceso de solicitud de ayuda financiera, reúne todo lo que necesites para llenar correctamente los formularios, incluidos los números de tu Seguridad Social, los números de tu licencia de conducir y los formularios W-2.

- ☐ **LLENAR EL FORMULARIO DE FAFSA.** La Solicitud gratuita de ayuda federal para estudiantes (FAFSA) te proporciona acceso a ayuda estatal y federal, así como a la ayuda financiera de muchas universidades. Los estudiantes de último año de secundaria deben enviar la FAFSA lo antes posible después de que esta se abra el 1 de octubre.

- ☐ **SOLICITAR BECAS.** No olvides llenar las solicitudes de beca que no cubre el formulario de FAFSA. Para buscar becas, utiliza herramientas de búsqueda en línea como scholarships.com.

- ☐ **REVISAR EL PAQUETE DE AYUDA FINANCIERA.** Después de enviar tus calificaciones del examen ACT y llenado la FAFSA, la oficina de ayuda financiera de las universidades a las que has sido aceptado te enviará una carta de concesión que describe lo que puede proporcionar, esto puede incluir subvenciones, becas, préstamos y/o programas de estudio y trabajo.



6 consejos para escribir un ensayo de admisión estelar

1. **EMPIEZA TEMPRANO.** Lo primero que debes hacer es una lista de cuántos ensayos necesitas escribir y sus fechas límite. Comienza en la primavera de tu tercer año o en el verano antes del último año para que tengas bastante tiempo para hace lluvia de ideas sobre los posibles temas y puntos del ensayo.
2. **CREA UN ESQUEMA.** Toma la indicación para la redacción de cada ensayo y desglósala. A continuación, empareja historias personales o experiencias que ilustren tus respuestas. Organiza tu tesis junto con estas anécdotas, en formato de viñetas, en un inicio, mitad y final claros. Este es tu esquema.
3. **LEE ALGUNOS EJEMPLOS.** Algunas universidades publicarán ejemplos de ensayos en su sitio web. Es una gran oportunidad para tener una idea de lo que esa universidad identifica como un buen ensayo y lo que no. (Solo recuerda no seguirlos tan de cerca que estarías plagiando su contenido).
4. **ABORDA LO QUE TU TRANSCRIPCIÓN NO DICE.** Recuerda, las universidades ya tienen tu transcripción y currículum, así que usa tu ensayo para proporcionar información adicional. ¿Cómo puedes expandir la información presentada en otras partes de la solicitud o sacar a la luz nuevas cualidades?
5. **SÉ ESPECÍFICO.** Al considerar tus anécdotas, concéntrate en detalles específicos y desarrolla la escena. Es posible que no tengas suficiente espacio para contar toda tu vida, pero puedes hacer que tu ensayo sea vívido y cobre vida.
6. **REVISA TU TRABAJO.** Después de terminar un borrador de tu ensayo, pide a alguien de tu confianza (uno de tus padres, consejero o maestro) que lo revise. Busca errores gramaticales y de ortografía. Asegúrate de limitar el número de personas que revisará tu ensayo a una o dos personas. Demasiadas voces pueden opacar la tuya.

5 maneras para mantenerte motivado en casa

Puede ser difícil mantenerse motivado durante un momento de incertidumbre, pero estos consejos pueden ayudarte a tener algo de control.

- **ESTABLECE UNA RUTINA.** Sin un horario establecido, una mañana tranquila puede convertirse fácilmente en un día de ocio. Cuando estés en la escuela, tienes campanas que indican la hora del día y las consecuencias, como reportes de tardanza, que te hacen responsable. Sin un horario de clases, puede ser difícil mantener la consistencia. Entonces, encuentra una nueva rutina. Pon tu alarma, vístete, desayuna y "ve a clase" (incluso si eso significa que tu nuevo escritorio es la mesa de la cocina) a la misma hora todos los días.
- **ESCRIBE UNA LISTA DE TAREAS PENDIENTES.** Comienza por averiguar qué es lo que quieres lograr al final del día. Ten en cuenta las cosas que ya tienes en el calendario, como los requisitos de aprendizaje en línea y las tareas asignadas. Luego, agrega algunas tareas pequeñas que te ayudarán a lograr tus objetivos personales. Por ejemplo, si deseas leer un libro nuevo, anota "leer al menos un capítulo el día de hoy" en tu lista. O tal vez quieras mejorar tu calificación del examen ACT®. Ponte como objetivo completar 30 minutos de preparación para el examen ACT cada dos días.
- **MANTENTE ACTIVO.** Aunque estés limitado, todavía hay opciones que te hagan sudar. Mira un entrenamiento en casa en YouTube o sube el volumen de la música y crea la coreografía de un baile. Si puedes distanciarte de manera segura de otras personas, saca a pasear a tu perro o sal a correr al aire libre. Tomar aire fresco y hacer ejercicio te ayudará a mantener tu mente despejada y encontrar el equilibrio en tu día.
- **MANTENTE CONECTADO.** Tener conversaciones significativas con amigos y familiares es una excelente manera de reiniciarte cuando estés aburrido o apático. Cuando ver físicamente a alguien que te importa no es una posibilidad, los mensajes de texto, las redes sociales, las llamadas telefónicas y los chats de video pueden ayudarte a conectarte con otras personas.
- **DESPEJA TU MENTE.** Cuando suceden cosas que están fuera de tu control, puede ser difícil concentrarte en completar tareas fáciles. Una manera de dominar las ansiedades es reconocerlas. Escribe tus miedos en un diario, comparte tus preocupaciones con un amigo o simplemente expresa tus preocupaciones en voz alta. Sacar estas cargas de tu mente puede hacerlas menos poderosas y dejar más espacio para tener pensamientos positivos.

Hoja de cálculo: Explora las carreras universitarias

Es importante elegir una carrera universitaria que coincida con tus intereses. Hay muchos factores diferentes a la hora de elegir un trabajo y tu carrera universitaria te ayuda a prepararte para tu profesión. Hemos descubierto que cuando eliges un carrera universitaria que se ajusta a tus intereses, es más probable que:

- **Permanezcas en tu carrera universitaria**
- **No abandones la universidad**
- **Obtengas tu título a tiempo**

Permanecer en la carrera universitaria significa que no perderás tiempo ni dinero al tener que tomar clases adicionales en un curso de estudio elegido recientemente. Cuando estás interesado en lo que estás estudiando, es más probable que mantengas el rumbo y permanezcas en la universidad. Como resultado, tienes una mejor oportunidad de obtener tu título a tiempo.

Carrera universitaria potencial:

¿Coincide con mis intereses? _____

_____

¿Este curso me prepara para la profesión a la que me quiero dedicar? _____

_____

¿Qué cursos universitarios tomaría típicamente para la carrera universitaria? _____

_____

¿Cuáles son los trabajos disponibles con mi nivel de educación planificado? _____

_____

¿Qué cursos de la escuela secundaria pueden ayudarme a prepararme para la carrera universitaria?

_____

Hoja de cálculo: Crea una lista de universidades

Llena la información sobre cada cualidad enumerada. Después de investigar, encierra en un círculo **0** (desagrada) **1** (indiferente) o **2** (me gusta) para cada una. Luego, suma los puntos de cada escuela. Las universidades con el mayor número total indican una mejor opción según tus intereses.

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD:

Carrera: _____	0	1	2
Ubicación: _____	0	1	2
Tamaño: _____	0	1	2
Costo: _____	0	1	2
Actividades extracurriculares: _____	0	1	2
(Insertar una cualidad): _____	0	1	2

Total: _____ + _____ + _____ = ☐

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD:

Carrera: _____	0	1	2
Ubicación: _____	0	1	2
Tamaño: _____	0	1	2
Costo: _____	0	1	2
Actividades extracurriculares: _____	0	1	2
(Insertar una cualidad): _____	0	1	2

Total: _____ + _____ + _____ = ☐

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD:

Carrera: _____	0	1	2
Ubicación: _____	0	1	2
Tamaño: _____	0	1	2
Costo: _____	0	1	2
Actividades extracurriculares: _____	0	1	2
(Insertar una cualidad): _____	0	1	2

Total: _____ + _____ + _____ = ☐

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD:

Carrera: _____	0	1	2
Ubicación: _____	0	1	2
Tamaño: _____	0	1	2
Costo: _____	0	1	2
Actividades extracurriculares: _____	0	1	2
(Insertar una cualidad): _____	0	1	2

Total: _____ + _____ + _____ = ☐

Notas:

B I N G O

Crea tu cuenta MyACT. MYACT.ORG	Envía un mensaje de correo electrónico o envía un mensaje de texto a alguien en la universidad y pregúntale sobre su experiencia.	Investiga 3 universidades a las que te interese asistir.	Haz una visita virtual a un campus.	Regístrate para recibir boletines de estudiantes de ACT. ACT.ORG/ESTUDIANTE
Aprende 5 datos sobre una ciudad a cuya institución de educación superior o universidad te gustaría asistir.	Llama a un ser querido y pídele su mejor consejo.	Lee un libro durante 30 minutos.	Escribe 3 metas que quieras completar en el próximo mes.	Escribe un diario con fecha de 10 años en el futuro.
Haz un acto de bondad al azar.	Entrevista a un ser querido sobre su trabajo.	**Regístrate para el próximo examen ACT®.** ACT.ORG/THE-ACT	Inventa un baile con tu canción favorita.	Busca 1 oportunidad de beca que se ajuste a tus necesidades y calificaciones.
Explora posibles carreras universitarias. MYACT.ORG	Haz una lluvia de ideas con 3 personas a las que puedes pedir una carta de recomendación.	Toma un examen ACT de práctica.	Haz 100 saltos en tijera.	Escribe una carta de agradecimiento a alguien que haya marcado una diferencia en tu vida.
Encuentra la opción de preparación para el examen que mejor se adapte a tus necesidades. ACT.ORG/TESTPREP	Encuentra una cita textual que le hable a tu alma.	Medita durante 5 minutos.	Haz un dibujo de tu futuro.	Mira un video a demanda de ACT My Journey. VÍDEO A DEMANDA

Conéctate con nosotros **act.org**

© 2022 por ACT, Inc. Todos los derechos reservados.

MR026503