



LA SALLE  
DEL PEDREGAL

**Preparatoria La Salle del Pedregal**

Av. Transmisiones 51 Col. Exhacienda de  
San Juan Huipulco, Tlalpan, C.P. 14310, CDMX  
Tel. 5673 - 3149 | 5673 - 1907  
[www.preparatorialasalle.edu.mx](http://www.preparatorialasalle.edu.mx)

# Guía de apoyo para padres

**Coordinación de Apoyo Académico al Estudiante**  
**Apoyo Académico Personalizado al Estudiante**

**Ciclo escolar: 2025-2026**



LA SALLE  
DEL PEDREGAL

**Preparatoria La Salle del Pedregal**  
Av. Transmisiones 51 Col. Exhacienda de  
San Juan Huipulco, Tlalpan, C.P. 14310, CDMX  
Tel. 5673 - 3149 | 5673 - 1907  
[www.preparatorialasalle.edu.mx](http://www.preparatorialasalle.edu.mx)

2

## Índice

|                                                                           |           |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Introducción</b>                                                       | <b>3</b>  |
| <b>Plataforma PLSP</b>                                                    | <b>4</b>  |
| <b>Calificaciones</b>                                                     | <b>8</b>  |
| <b>Entrega de evaluación continua</b>                                     | <b>9</b>  |
| <b>Apuntes</b>                                                            |           |
| <b>Revisión de libros</b>                                                 |           |
| <b>Entrega de protocolos de laboratorio</b>                               |           |
| <b>Periodos de exámenes</b>                                               | <b>11</b> |
| <b>Autonomía</b>                                                          | <b>12</b> |
| <b>Autocuidado</b>                                                        | <b>13</b> |
| <b>Hábitos de sueño</b>                                                   |           |
| <b>Ejercicio físico</b>                                                   |           |
| <b>Comunicación</b>                                                       | <b>15</b> |
| <b>Comunicación sobre necesidades o dificultades en el ámbito escolar</b> |           |
| <b>Conclusión</b>                                                         | <b>16</b> |



## Introducción

El ingreso a la preparatoria puede ser un gran reto para los estudiantes, ya que se enfrentan a un nuevo entorno, el adaptarse a sus propios cambios físicos, cognitivos y emocionales, el integrarse y socializar con nuevos compañeros, y el hacerle frente a una nueva y diferente carga de trabajo escolar.

Por lo que, aunque cuenten con habilidades y conocimientos previos, surge la necesidad de hacer equipo y formar una red de apoyo para brindarles soporte dentro del entorno escolar y desde el hogar, con el objetivo de que su etapa de adaptación a este nuevo contexto se logre bajo las mejores condiciones y se consigan los mejores resultados para su desarrollo personal y profesional.

Por lo anterior, la presente guía tiene el propósito de brindarle a usted como padre o tutor, información y herramientas que puede llevar a cabo desde su hogar para ayudar a su hijo o hija en esta nueva etapa en la Preparatoria La Salle del Pedregal.





## Plataforma PLSP

La plataforma PLSP es un espacio virtual que tiene la finalidad de que, tanto maestros como alumnos y padres de familia, tengan acceso a información compartida sobre cada uno de los cursos que llevarán. Es importante comentar que, para poder ingresar cada alumno cuenta con un usuario y contraseña personalizados, los cuales serán enviados a su correo electrónico por el personal de soporte técnico de la institución.

A continuación, compartimos paso a paso cómo ingresar y algunas imágenes para que se familiaricen y puedan explorarlo con su hijo o hija.

### 1. Ingresa a la siguiente página [Plataforma PLSP](#)

Al entrar encontrarás una página como la que se ve en la imagen. Por favor, da click en iniciar sesión, ubicado en la parte superior derecha:





LA SALLE  
DEL PEDREGAL

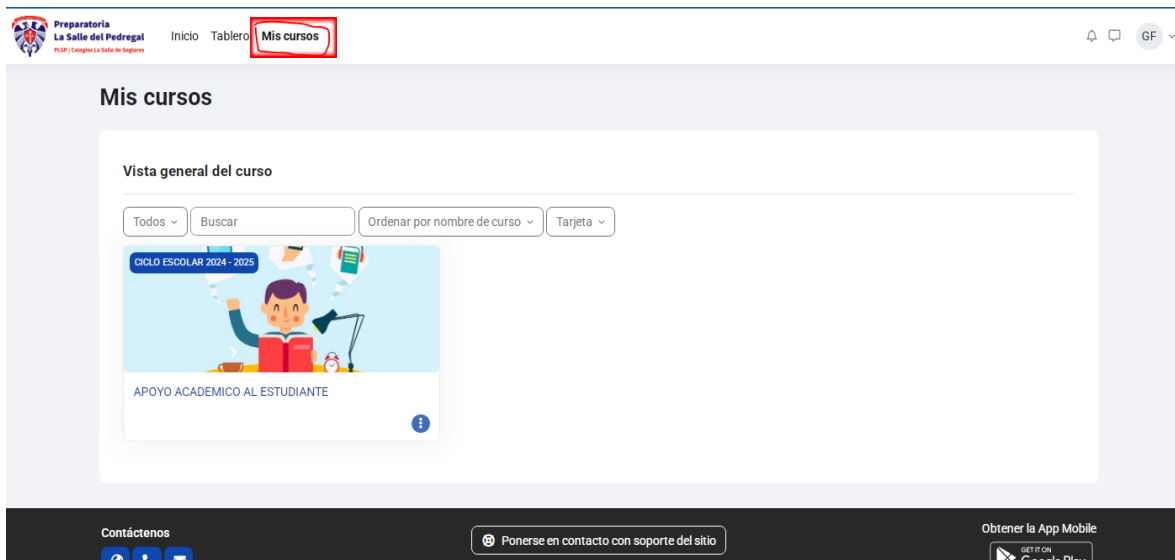
**Preparatoria La Salle del Pedregal**  
Av. Transmisiones 51 Col. Exhacienda de  
San Juan Huipulco, Tlalpan, C.P. 14310, CDMX  
Tel. 5673 - 3149 | 5673 - 1907  
[www.preparatoriasalle.edu.mx](http://www.preparatoriasalle.edu.mx)

5

2. Coloca el usuario y contraseña que le proporcionaron a tu hijo o hija vía correo electrónico, y da click en iniciar sesión.

The login page features the school's logo and name at the top. Below the header, a message states: "Su sesión ha excedido el tiempo límite. Por favor, inicie sesión de nuevo." There are two input fields for "Usuario" and "Contraseña". A blue button labeled "Iniciar sesión (ingresar)" is positioned below the fields. A link for "¿Ha extraviado la contraseña?" is located below the button. At the bottom, there is a language selector set to "Español - México (es\_mx)" and a link for "Aviso sobre 'cookies'".

3. Al ingresar, tendrás acceso a varios apartados dentro del menú, por ejemplo, en el apartado “Mis cursos”, verás los cursos a los que tu hijo tiene acceso, como se ilustra en la imagen.



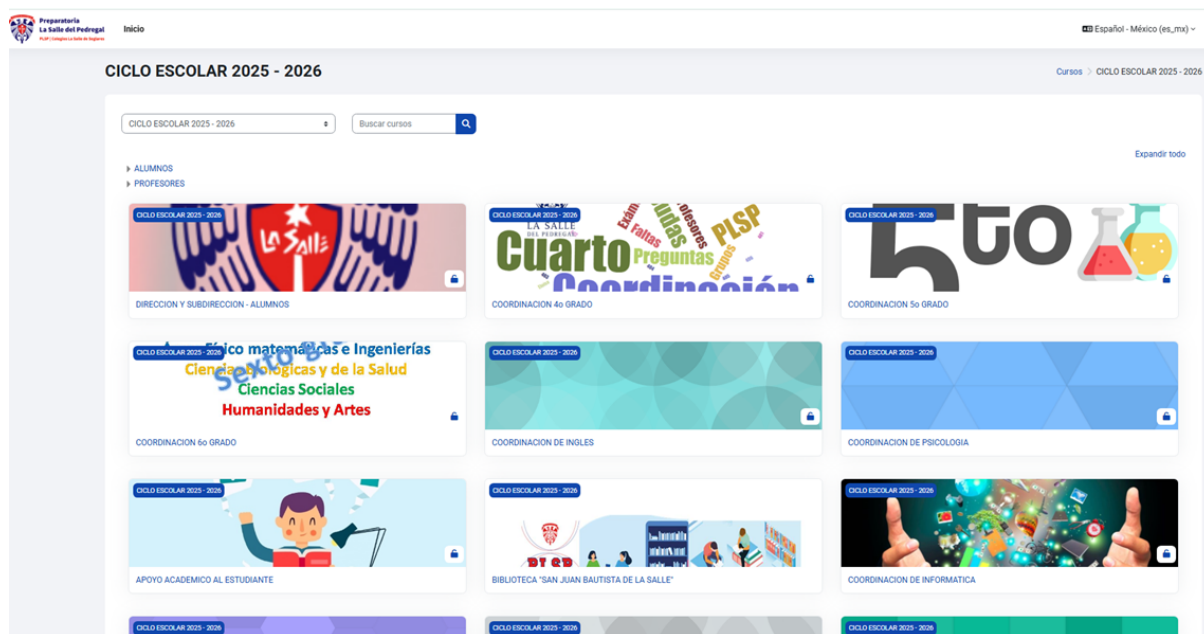


4. Al ingresar a cada uno de los cursos, vas a poder observar el contenido o información de la clase o tareas que cada uno de los profesores sube.

5. Para tener información general, no es necesario iniciar sesión, ingresa del lado inferior izquierdo a “ciclo escolar 2025-2026”, como se señala en la imagen.



6. Ahí encontrarás las siguientes secciones con información de interés: Dirección y subdirección; coordinaciones de cuarto, quinto y sexto grado; coordinación de inglés; coordinación de psicología; coordinación de apoyo académico al estudiante; biblioteca; coordinación de informática; coordinación de deportes; coordinación de pastoral; y servicio médico.



7. En el espacio de la Coordinación de Cuarto, podrás encontrar detalles de contacto de la asistente y la coordinadora de grado, así como información importante sobre los exámenes, horarios, guías, los reglamentos académico y disciplinario y avisos que la coordinación comparte durante todo el ciclo escolar y son fundamentales, por lo que, es importante estar atentos a éstos.





## Calificaciones

1. Es importante considerar que para que su hijo o hija excente una materia, deberá obtener un promedio final en los cinco períodos mínimo de 8 y no exceder el 20% de las faltas (si el alumno tiene más del 20% de faltas en la materia, tendrá que presentar examen extraordinario). En cada periodo, la calificación lograda por el alumno, se obtiene del promedio de su examen, la evaluación continua (50% examen y 50% evaluación continua), y en el caso de las materias teórico-prácticas, se pondera también la calificación obtenida en laboratorio (50% examen, 30% práctica, 20% evaluación continua).
2. En caso de no exentar la materia, deberá presentar examen final de primera vuelta, en donde se promediará su calificación de dicho examen y su promedio en los cinco periodos de la materia. Se considerará como calificación aprobatoria mínima 6.0, de no obtenerla, deberá presentar examen final de segunda vuelta, en donde aplicará el mismo criterio de evaluación que en el de primera vuelta.
3. Finalmente, si el alumno no consigue pasar en exámenes finales, podrá presentar un examen extraordinario. Tendrá la oportunidad de acreditar 3 materias mediante examen extraordinario dentro de la PLSP, cabe aclarar que, la calificación, será únicamente la que obtengan en el examen (para mayor detalle, consulte el reglamento académico dentro del curso de plataforma académica de la coordinación).
4. Existen otros puntos importantes para la permanencia y mejor desempeño de tu hijo o hija dentro de La Preparatoria La Salle del Pedregal, por lo que te recomendamos leer el reglamento disciplinario y el académico, este se encuentra dentro del espacio de la Coordinación de cuarto en la plataforma PLSP.



## Entrega de evaluación continua

Se considera evaluación continua a los trabajos, tareas, investigaciones, exposiciones, lecturas, proyectos, participaciones en clase y demás actividades que el profesor asigne. Como se comentó anteriormente, dentro de la asignatura teórica, la evaluación continua tiene un porcentaje en la calificación de 50%; mientras que, en las teórico-prácticas es del 20%.

Sabemos que como padre o tutor tienes muchas ocupaciones entre tu vida laboral, las tareas del hogar y tu desarrollo personal, pero es importante que durante esta etapa de cambio que tu hijo o hija está experimentando, puedas guiarlo en este camino, sobre todo en lo que se adapta al ritmo de trabajo en la PLSP. Por lo anterior, te sugerimos que de manera periódica revises con él o ella sus apuntes de cada materia, la realización de ejercicios o avance en sus libros, y en el caso de las materias teórico prácticas, la entrega de protocolos de laboratorio. Para esto, podrías dedicar un día para revisar todas las materias, o bien, seccionar la revisión por días, por ejemplo, de acuerdo al horario de clases de tu hijo o hija.

### Apuntes

Es importante que tener apuntes diarios de todas las materias, ya que aunque los profesores y profesoras les comparten material de sus cursos en la plataforma PLSP, no todo viene ahí, por lo que, tener todos sus apuntes en orden y claros les ayudarán a repasar y a estudiar para los exámenes de periodo.

### Revisión de libros

Aunado a la revisión de apuntes de las materias, varias asignaturas utilizan libros, los cuales contienen ejercicios o lecturas que los estudiantes deberán realizar y son parte de la evaluación continua.

### Entrega de protocolos de laboratorio

Dentro de las asignaturas teórico prácticas en cuarto, física en este caso, uno de los requisitos de evaluación es la entrega de protocolos de laboratorio. Este documento se trabaja en equipo, pero también incluye análisis que elaboran de manera individual cada integrante.



LA SALLE  
DEL PEDREGAL

**Preparatoria La Salle del Pedregal**  
Av. Transmisiones 51 Col. Exhacienda de  
San Juan Huipulco, Tlalpan, C.P. 14310, CDMX  
Tel. 5673 - 3149 | 5673 - 1907  
[www.preparatoriasalle.edu.mx](http://www.preparatoriasalle.edu.mx)

10

El protocolo de laboratorio incluye varias secciones. A continuación, te adjuntamos una imagen que te permitirá visualizar cómo es el formato. Es importante mencionar, que estos los pueden adquirir los alumnos dentro de la biblioteca o descargarlos de la plataforma académica.

| PREPARATORIA LA SALLE DEL PEDREGAL<br>CLAVE: 1166<br>PROTOCOLO DE PRÁCTICAS                                                                                                                                                                                                                |                  |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|
| <div><div></div><div>Ciclo escolar: _____ Asignatura: _____ Clave: _____<br/>Profesor titular: _____ Profesor de laboratorio: _____<br/>Grupo: _____ Sección: _____ Unidad: _____ No. de sesiones: _____<br/>Temática: _____<br/>Nombre de la práctica: _____ No. EQUIPO _____</div></div> |                  |           |
| <b>INTEGRANTES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |           |
| 1.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | _____            |           |
| 2.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | _____            |           |
| 3.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | _____            |           |
| 4.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | _____            |           |
| Apellido paterno                                                                                                                                                                                                                                                                           | Apellido materno | Nombre(s) |
| <b>PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |           |
| <b>MARCO TEÓRICO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |           |
| <b>OBJETIVO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |                  |           |
| <b>HIPÓTESIS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |           |
| <b>PLAN DE INVESTIGACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |           |
| Tipo de investigación: _____ Lugar: _____                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |           |
| Instrumentos de investigación: _____                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |           |
| 1a Sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Actividad        | Fecha     |
| 2a Sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |           |
| 3a Sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |           |
| 4a Sesión                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |           |
| <b>PROCEDIMIENTO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |           |
| <b>MATERIAL, EQUIPO Y SUSTANCIAS</b>                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |           |
| <b>MANEJO Y DISPOSICIÓN DE DESECHOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                    |                  |           |
| <b>FUENTES DE CONSULTA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 |                  |           |

\* Tipo de investigación para Biología, Física y Química: de campo, experimental, observación sistemática y de estudio de casos. En Psicología y PTB tanto los instrumentos como bibliografía o electrónica.

Cabe recalcar que, la fecha de entrega de actividades de evaluación continua, generalmente suele darse durante las dos semanas de fecha de exámenes, ya que en una semana el profesor suele aplicar el examen, y en la siguiente revisa los trabajos.



## Periodos de examen

Respecto a los exámenes, algo importante que debes saber es que, estos se calendarizan dentro de las coordinaciones de grado con ayuda de los jefes de grupo, quienes en colaboración con sus compañeros de grupo realizan una propuesta de fechas para cada materia, incluyendo las dos semanas de exámenes, la cual es revisada por coordinación de grado y una vez que es aceptada, se sube al curso de la coordinación en la plataforma académica.

A continuación, te compartimos las fechas de los periodos de examen, y en las que estarán las calificaciones en el SIPS para que como padre o tutor puedas estar al pendiente del desempeño de tu hijo.

| Periodo         | Fecha de exámenes    | Calificaciones disponibles |
|-----------------|----------------------|----------------------------|
| Primer periodo  | 18/09/25 al 01/10/25 | 10/10/25                   |
| Segundo periodo | 27/10/25 al 07/11/25 | 21/11/25                   |
| Tercer periodo  | 08/12/25 al 16/01/26 | 30/01/26                   |
| Cuarto periodo  | 16/02/26 al 27/02/26 | 13/03/26                   |
| Quinto periodo  | 17/04/26 al 30/04/26 | 01/07/26                   |

Finalmente, la entrega de calificaciones definitivas, se llevará a cabo el 1 de Julio del 2026.

Recuerda que, si tu hijo o hija no aprobó los exámenes finales, tendrá derecho a presentar exámenes extraordinarios, puede acercarse a su coordinación de grado para tener mayor información al respecto.



## Autonomía

La adolescencia es un periodo de diversos cambios físicos, emocionales y sociales, y es el momento clave para la construcción de una identidad propia, por lo cual fomentar la autonomía en esta etapa es fundamental. La autonomía se refiere a la capacidad para tomar decisiones y actuar de manera independiente y responsable, sin depender de otros. Si bien en la adolescencia, no se está biológicamente, ni emocional o conductualmente preparado para asumir totalmente un estado independiente y autónomo, es importante que como padres o tutores, se les comience a brindar herramientas que les permita ejercerla en un momento dado.

Te compartimos algunas herramientas que puedes poner en práctica con tu hijo o hija para iniciar a ejercitar la autonomía:

- Establecer comunicación abierta y respetuosa.
- Asignar responsabilidades acorde a su edad.
- Favorecer la toma de decisiones y asumir consecuencias.
- Impulsar el desarrollo de habilidades sociales. El que se les permita participar en actividades de su gusto o en grupos de interés, puede crear pertenencia, identidad, y al mismo tiempo generar habilidades sociales.



## **Autocuidado**

El autocuidado es la capacidad personal para promover la propia salud, prevenir enfermedades y afrontar problemas, esto se puede realizar con o sin el apoyo de profesionales de la salud. El autocuidado es esencial para mejorar la calidad de vida, la salud física y mental, y dar mejores herramientas para afrontar desafíos, así mismo, muchos hábitos de autocuidado se inculcan dentro del hogar.

Nos gustaría de forma específica retomar dos elementos de autocuidado que son de importancia para el desarrollo físico y mental de los adolescentes, estos son: Los hábitos de sueño y el ejercicio físico.

### **Hábitos de sueño**

Los hábitos de sueño en adolescentes son cruciales para su salud y bienestar. Ellos necesitan entre ocho y diez horas de sueño por noche para el funcionamiento óptimo. La mayoría no alcanzan estas horas de sueño, debido a sus responsabilidades escolares, actividades extracurriculares, y actualmente, el consumo de sustancias estimulantes, el estrés o ansiedad y el uso de dispositivos electrónicos.

Por ello, te recomendamos estar al pendiente de la calidad y cantidad de sueño de tu hijo o hija, algunos de los aspectos que puedes considerar son:

- Ayudarle a establecer una rutina de sueño regular.
- De ser necesario que realice siestas, deben ser cortas (menores a una hora).
- Evitar alimentos, bebidas, o el acceso a elementos estimulantes antes de dormir.
- Crear un ambiente propicio para el descanso mediante la relajación.

### **Ejercicio físico**

La realización de ejercicio físico es crucial para la salud física y mental. Se recomienda al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada a vigorosa, principalmente aeróbica (correr, nadar, bailar, andar en bicicleta, patinar, jugar deportes de equipo), y actividades que fortalezcan los huesos y músculos.

Se recomienda estar al pendiente de la calidad y cantidad de ejercicio que realiza tu hijo o hija, algunos de los aspectos que puedes considerar son:



- **Consulta a su médico antes de que inicie con un programa de ejercicio, sobre todo si tu hijo o hija presenta alguna enfermedad.**
- **Dale acceso a ejercicio bajo supervisión, ya que pueden causarse lesiones.**
- **Establece rutinas y horarios, ya que a veces suelen sobrecargarse.**
- **Recuérdale la importancia de hidratarse con agua, antes, durante y después.**
- **Brindarle acceso a una alimentación equilibrada para reponer la energía.**
- **Fomenta y motiva el interés y acercamiento a actividades físicas de su gusto.**
- **Asegúrate que el entorno de práctica de ejercicio sea seguro y libre de peligro.**



## Comunicación

La comunicación es el proceso por el que se intercambia información, ideas y sentimientos entre dos o más personas, por lo que permite compartir información, establecer relaciones, y llegar a acuerdos.

Debido a la adolescencia y los cambios que enfrentan, es importante tener una relación saludable y de confianza entre padres o tutores e hijos. En ocasiones puede no ser fácil, por lo que, algunos consejos que te permitirán tener un canal de comunicación abierto y sano con tu hijo, son los siguientes:

- Escuchar es mejor que hacer preguntas directas o interrogar, ya que se sentirán presionados a compartir información.
- Validar sus sentimientos, les permite sentirse entendidos y percibir la empatía.
- El hacerles sentir que se les tiene confianza.
- No dictar, es mejor explicar las razones de alguna circunstancia o respuesta.
- Dar elogios, les permite tener mayor autoconfianza y autoestima.
- Compartir momentos juntos, permite abrir espacios para la comunicación.

### Comunicación sobre necesidades o dificultades en el ámbito escolar

La comunicación en la vida escolar es fundamental para el desarrollo personal, académico y social del adolescente. Facilita el aprendizaje, fomenta la confianza, y fortalece las relaciones entre estudiantes, profesores, y familias. También les permite:

- Aprender a través de la experiencia de su padre o tutor o algún familiar.
- Desarrollar conocimiento y autoestima.
- Les permite sentir que tienen un lugar especial en su familia.
- Favorece que las normas se cumplan y que los conflictos puedan resolverse.

Finalmente, una buena comunicación con los adolescentes, permite que bajo cualquier circunstancia escolar que atraviesen (p.e. violencia, logro o fracaso escolar, acoso, etc.), tengan la confianza de acercarse a pedir ayuda, un consejo, o intervención.



## Conclusión

El ingreso a la preparatoria marca el inicio de una etapa clave en el desarrollo académico y personal de sus hijos. Durante este proceso de adaptación, el acompañamiento y la orientación familiar son fundamentales para que los estudiantes se sientan seguros, motivados y capaces de enfrentar los nuevos retos.

Esta guía ha sido diseñada con el propósito de brindarles información clara y útil sobre aspectos académicos. También hemos abordado temas esenciales para el bienestar integral del estudiante.

Finalmente, estamos seguras de que con su acompañamiento, los jóvenes podrán fortalecer su sentido de responsabilidad, adquirir hábitos positivos y resolver dificultades de manera constructiva. Confiamos en que, trabajando en conjunto, familia y escuela, lograremos crear un entorno propicio para su crecimiento y éxito dentro de la Preparatoria La Salle del Pedregal.

