

CÓMO AYUDAR A NUESTROS HIJOS EN EL ESTUDIO

1. DÓNDE ESTUDIAR

- El niño debe tener su propio lugar de estudio, lugar que ha de ser *personal* y *siempre el mismo*. No sirve el utilizar para el trabajo escolar lugares diferentes (cocina, comedor,....).
- Ha de ser un lugar *agradable* al niño, decorado por el mismo si quiere aunque evitando elementos de distracción.
- El lugar de estudio debe disponer de una *mesa plana*, lisa y con espacio suficiente para poder colocar el material de trabajo.
- La silla será de *respaldo plano* que permita tener la espalda recta y los pies tocando el suelo.
- Debemos procurar que nuestros hijos mantengan una *postura adecuada* cuando estudian, será una postura y relajada pero no decaída.
- La iluminación del lugar de estudio ha de ser adecuada y a poder ser *natural*.
- La disposición del mobiliario en el lugar de estudio debe permitir que la luz entre por la parte contraria a la de la mano que escribe, así se evitan sombras.
- Asimismo debe ser un lugar con *buena ventilación* y con una temperatura adecuada, una temperatura ideal estaría entre los 15 y 21 grados. El calor debiera repartirse de forma uniforme y por focos.
- Los tiempos que vayamos a dedicar al estudio han de coincidir con momentos de ausencia de ruidos, tanto en el hogar como fuera. No es recomendable que los niños pongan música en estos tiempos.

2. CUÁNDO ESTUDIAR

- Será conveniente disponer de un *mismo horario* para el trabajo escolar; los niños deben tener como una rutina mas el trabajo de la escuela y para adquirir este hábito es importante que se tienda a trabajar a las mismas horas.
- Debe estudiarse todos los *días lectivos* haya o no haya deberes; los días festivos y no lectivos puede descansarse, salvo en vacaciones.
- Para la etapa de Primaria un tiempo aproximado de estudio diario estará entre los 40-50 minutos de los cursos bajos hasta la *hora y media* en cursos superiores de la etapa. En Secundaria podría estar entre *la hora y media y dos horas*.
- La sesión de estudio conviene que sea *continuada*, no es aconsejable parcelar en distintos momentos las tareas pendientes.
- La familia debe ser la primera en respetar los tiempos de estudio no interrumpiendo, no mandando el niño a recados, etc.

3. CÓMO ESTUDIAR

- Es recomendable que los niños tengan una pequeña *agenda* que lleven al colegio para ir anotando todas las tareas pendientes.
- Antes de ponerse a estudiar habrá que tener *planificado* todo lo que se va a hacer y tener preparado todo el material necesario para evitar levantarse constantemente a por material y así romper el ritmo de trabajo.
- Cuando nos pongamos a trabajar debemos estar en buenas condiciones físicas, no hacerlo después de esfuerzos importantes, de comidas copiosas, estando fatigados, inmediatamente después del colegio,...etc.
- El estudio ha de ser siempre *activo*: utilizando el diccionario, tomando notas, apuntando dudas, haciendo resúmenes y esquemas,...etc.
- Cuando nos atasquemos ante alguna cuestión o problema lo mejor será pasar a otra cosa y dejarlo para otro momento así evitaremos obcecarnos y entrar en una tensión inútil.
- Cuando los niños tengan que *memorizar lecciones*, los padres los podremos ayudar de la siguiente forma:

1. Primero que den un vistazo general y rápido a todo lo que tienen que estudiar: qué miren las preguntas que hay, de qué temas se trata, qué miren los gráficos e ilustraciones, etc.; si los niños no tienen práctica en esto los guiaremos nosotros.
2. A continuación deben hacer una lectura tranquila de todo lo que tienen que estudiar, sin intentar aún memorizar los contenidos. En niños que lean mal se les manda que lo lean en voz alta haciendo que vayan corrigiendo al instante todos los errores que cometan.
3. En esta fase ya harán una lectura más reposada, pregunta a pregunta intentando ya asimilar contenidos. Los niños mentalmente irán recitando las distintas cuestiones pero en un lenguaje personal y propio y no intentando literalmente como lo trae el libro.
4. Llegado este momento nosotros debemos preguntarles la lección siguiendo los siguientes criterios:
 - Hacer preguntas *cortas y concretas*.
 - Las preguntas que se vayan alternando de las distintas partes de la lección.
 - No pretender que el niño nos responda de *forma literal* como trae el libro sino con su propio lenguaje.
 - Evitar preguntas largas y genéricas y que a poder ser no coincidan con los títulos de los apartados de la lección.
 - Nuestro objetivo será comprobar que el niño entendió los distintos conceptos y no que lo recita como lo trae el libro aunque no lo entienda.
 - Hacer preguntas de *semejanzas y diferencias* (¿En qué se diferencian un desierto y la sábana? ¿En que se parecen una central térmica y una central eléctrica?) será una forma de que los niños asimilen y discriminen adecuadamente los distintos contenidos.
 - Cualquier palabra o concepto que el niño no entienda debe consultarse en el *diccionario*. El niño no debe aprender aquello que no entiende.
5. Procedimientos útiles para que los niños entiendan y memoricen mejor las lecciones serán el *subrayado, el esquema y el resumen* de lo estudiado.

4. QUÉ ESTUDIAR

- Se trabajarán prioritariamente los deberes y tareas pendientes del colegio.
- El que no haya deberes en ciertos días en ningún caso será excusa para no trabajar en la sesión de estudio que nos tenemos marcada. En este caso se puede hacer:
 - Lecturas varias.
 - Lectura de los temas y lecciones siguientes.
 - Plantear los padres ejercicios de repaso y refuerzo de lo que estén dando los niños en el colegio.

5. OTRAS CONSIDERACIONES.

- Debemos hablar con el tutor de forma *regular* no solo cuando nos citen o cuando haya problemas.
- Debemos *informar* al tutor de cualquier información de interés para el centro: medicación, cambios bruscos de actitud y conducta, problemas de pis en casa, celos, etc.
- Todas las quejas de los niños debemos *contrastarlas* con la versión de los profesores, el niño aunque no mienta probablemente esté dando su propia versión.
- Nunca en casa y delante del niño debemos *descalificar* a los profesores, aunque tengamos razones objetivas para ello; será una forma de deslegitimarlos.
- En casa debemos valorar todo lo relacionado con la escuela.

forma estructurada y lógica que facilita la comprensión y la memorización; utilizar las palabras del estudiante y con toda la brevedad posible, escribiendo frases cortas que recojan con precisión y claridad las ideas del tema. Debe tener una presentación limpia y clara.

El hacer esquemas tiene varias ventajas: al ser una técnica de estudio activa aumenta el interés y la concentración sobre el tema mejorando al mismo tiempo la memorización; facilita la comprensión, al tener que estructurar las ideas; favorece la memorización, al utilizar la memoria visual; y sobre todo, se ahorra tiempo a la hora de memorizar el esquema y de hacer posteriores repasos ya que se va directamente a lo importante y no se necesita leer toda la lección.

Pueden seguirse estos **pasos para hacer el esquema:** primero leer la lección entera y subrayar siguiendo las normas conocidas; después buscar un título que sea una síntesis del contenido de la lección; dividir el tema en tres o cuatro apartados generales que recojan a su vez varias ideas principales y éstas a otras secundarias; poner cada idea en un apartado distinto y formularla con brevedad y precisión.

- ❖ **El repasar o recordar** es el cuarto paso de las técnicas. Repasar consiste en repetir mentalmente las ideas principales del subrayado o del esquema. Seguir estos pasos: repasar la lección entera, cerrar los cuadernos o libros, repetir las ideas principales del subrayado o esquema y comprobar cuántas se han dicho bien y cuántas se han dejado. Este proceso hay que repetirlo hasta memorizar perfectamente toda la lección.