

ORIENTACIONES PARA AYUDAR A LOS HIJOS/AS A HACER LAS TAREAS ESCOLARES EN CASA. TÉCNICAS DE ESTUDIO

La realización de tareas escolares en casa, al estar fuera de la supervisión del profesor/a, puede contribuir a desarrollar una serie de habilidades básicas, por ejemplo, la **autonomía**, la **autodisciplina** e incluso la **autoevaluación** de los conocimientos adquiridos. Es decir, que se puedan enfrentar ante el **RETO DE SER AUTÓNOMO Y RESPONSABLE DE SU TRABAJO**.

NUESTRO PAPEL COMO PADRES

1.- Conocer cuál es el sentido de los deberes. Si en realidad es desarrollar la autonomía del alumno, su capacidad de reflexión y su autodisciplina, lo padres sabrían que deben **orientar pero no intervenir**.

Al principio su hora de estudio será también la vuestra ya que el niño necesitará bastante supervisión; ten en cuenta que no sólo está aprendiendo las materias de su curso sino que también está aprendiendo a estudiar bien. Debes ser su guía, pero lo que nunca debes hacer es resolverle tú los problemas. Si tiene dificultades, ayúdale a razonar con comentarios como: "¿Qué crees que te están pidiendo en este problema?, ¿Te falta algún paso?..."

2.- Ofrecer un **soporte afectivo** encaminado a reconocer su trabajo, a estimular su esfuerzo y su deseo de superación. Se trata básicamente de animarle a que siga, aún cuando no las realice correctamente y se equivoque, debemos intentar que se siga esforzando.

3.- **Crear un ENTORNO ADECUADO** para la realización de los deberes, creando espacios de trabajo (p. Ej. En su habitación, en un escritorio,...) que sean agradables, procurando los materiales que necesite.

- Ser siempre el mismo
- Estar alejado de ruidos y distracciones
- Tener una mesa amplia y ordenada
- Estar la habitación bien iluminada
- Tener una temperatura agradable

4.- **Reflexionar sobre la duración de las jornadas de los hijos** (distribución del tiempo): cómo se distribuye el sueño, la alimentación, las actividades extraescolares, el tiempo libre (ver la tele, salir a la calle,...). Se ha de dar prioridad a lo que consideren verdaderamente importante. Es necesario recapacitar sobre los tiempos dedicados a relajarse, a relacionarse con los demás e incluso a aburrirse. En suma, los niños y niñas han de aprender a organizarse y planificarse.

5.- **Motivar la curiosidad natural del niño**. Podemos hacer esto hablando con los niños, escuchándoles, respondiendo a sus preguntas. Podemos sentarnos con ellos en el ordenador y explorar los temas que están estudiando en la escuela, buscar juntos en el diccionario, etc.

6.- Si el niño/a en cuestión tiene una actitud y disposición negativas ante la actividad de realizar las tareas escolares en casa, podemos desarrollar **una acción que le motive a ello**: conceder puntos cada día que realice adecuadamente los deberes (sin mostrar excesiva negación y oposición, y sin necesidad de estar llamándole constantemente la atención), y cuando lleve tantos puntos (los que se acuerde) darle una refuerzo-premio que se haya hablado de antemano. Esto se puede controlar a través de una tabla que se cuelgue en un lugar visible.

Al principio, puede ser que el niño/a exija una mayor atención por parte de alguno de sus padres para que lo ayuden, y deben dársela. Pero, poco a poco debe adquirir mayor autonomía en la realización de estas tareas, ya que debe empezar a **considerarlas como responsabilidad exclusiva suya**.

7.- Establecer un **HABITO DE ESTUDIO**: Para ayudarle:

- 15 minutos antes de comenzar a estudiar realizar alguna tarea relajante (no TV, no deporte)
- Establecer un ritual de comienzo: ponerse cómodo, preparar el lugar, repetirlo cada día.
- MEDIO-DIFÍCIL-FACIL
- Hay que estar de apoyo pero también dejarle solo.
- Los primeros 15 minutos no están permitidas interrupciones. Si lo hace, ignoráis su conducta. Pasado este tiempo puede hacer pequeñas pausas: beber agua, ir al baño...
- En las primeras sesiones podéis visitarlo cada 20 minutos para felicitarlo y animarlo.
- Al final de la sesión, se deja un tiempo para que le ayudéis en las tareas que no sepa.

8.- Elaborar un **HORARIO DE ESTUDIO**: El niño debe participar en la elaboración de su horario de estudio. Es aconsejable que el niño estudie todos los días el mismo tiempo y a la misma hora. Puede ser entre las 17:00 y las 20:30horas. Además el sábado o el domingo (uno de los dos días, siempre el mismo) puede dedicar tres horas al estudio. La hora puede elegirla el niño, pero también tiene que estar contemplada en el horario de estudio.

9.- **El TIEMPO DE ESTUDIO se dedica a**: Repasar los trabajos de clase, acabar los ejercicios incompletos, preparar los temas para el día siguiente, leer para ampliar y profundizar. Siempre hay algo que trabajar: si no hay deberes, repasar las lecciones, estudiar, hacer los ejercicios resueltos... Es difícil de definir, depende del niño. Si no tiene ningún hábito de estudio se puede comenzar durante la primera semana con una hora diaria, e ir aumentando progresivamente.

10. La falta de método o técnicas para estudiar con mayor eficacia y no siempre la torpeza o vagancia del alumno, ni la forma de explicar del profesor, son las causas del fracaso o frustración del alumno en sus estudios. Un **MÉTODO DE ESTUDIO** completo consta de las siguientes fases:

- **Lectura rápida o prelectura**: Es el primer vistazo que se le da al tema para saber de qué va y sacar la idea general del mismo. Esta idea suele venir reflejada en el título. Conviene hacerla antes de la explicación del profesor para poder comprender mejor y aumentar nuestra atención. Sirve para:
 - Conocer el contenido general del tema
 - Descubrir las partes de que consta
 - Reconocer su relación con otros contenidos ya aprendidos

- **Lectura comprensiva:** Consiste en:
 - Leer detenidamente el tema entero
 - Reflexionar sobre el título
 - Buscar en el diccionario palabras no conocidas
 - Buscar ideas, no palabras
 - Averiguar la estructura del texto
- **Notas al margen:** Son las palabras que se escriben al lado izquierdo del texto y que expresan las ideas principales.
 - Ejercitan el pensamiento eliminando la memorización mecánica
 - Al escribir se activa el aprendizaje
 - Favorecen el recuerdo
 - Desarrollan la capacidad de análisis y de síntesis
 - Facilitan la comprensión y realización de las siguientes fases del estudio.
- **Subrayado:** Consiste en poner una raya debajo de aquellas palabras que son importantes en el tema. Deben tener sentido por sí mismas. Su objetivo es resaltar en el texto los aspectos fundamentales.
- **Esquema:** Trata de expresar gráficamente y por orden las ideas de un tema. Es la estructura del tema
Un esquema debe:
 - Ser breve y facilitar la comprensión
 - Seguir un orden lógico en las ideas
 - Ayudar en la retención de datos
 - Facilitar una visión rápida y global del tema o preguntaAdemás:
 - Procurar que quepa en una hoja
 - Utilizar distintos tipos de letras
 - Elegir la forma de hacerlos que resulte más cómoda y adecuada
- **Resumen:** Su objetivo es sintetizar las informaciones que se poseen sobre un tema, reduciendo el número de palabras para que queden claras y relacionadas las ideas fundamentales para que su lectura y comprensión sea más fácil.
- **Memorización:** Es el recuerdo de todo lo que se ha ido estudiando pero de manera significativa, es decir, no una memoria mecánica que se olvida con el tiempo si no se ejercita.
- **Repaso:** Es importante que el niño repase después de cada sesión de estudio, antes de cambiar



de materia, el fin de semana. buenos hábitos de alimentación y descanso

¿Cómo aplicar la creatividad ante los problemas de estudio de los hijos?

Algunas ideas que posibilitan el desarrollo de la creatividad en el entorno familiar se muestran a continuación.

1. Estimular la formulación de preguntas

Al igual que en el entorno educativo, en el ámbito familiar es fundamental que tratemos de estimular la **curiosidad** de los niños/as. Una de las formas de conseguirlo es mediante la formulación de preguntas. Este denominado «arte de preguntar», permite designar la realidad, conocerla y comunicarla, acceder a la esencia de las cosas y mostrar el potencial creativo de las personas.

Cualquier pregunta es válida, aunque las del tipo «por qué» deben estimularse más. Además, en algunas etapas del desarrollo evolutivo del niño/a estas preguntas se hacen de manera espontánea.

Ejercicio práctico:

Este sencillo ejercicio puede realizarse en casa y consiste en que se plantea una cuestión sobre un tema específico que le interese al niño/a. Una vez que éste responde, se le pregunta «por qué», y así sucesivamente hasta agotar las respuestas. Es en ese momento cuando se le pueden dar más datos para que el aprendizaje sea significativo, puesto que probablemente habremos llegado al fondo de sus conocimientos.

Una de las cuestiones más importantes a tener en cuenta, hace referencia a la **actitud**. Es importante que se destierren castigos y temores, y que los padres y madres muestren **flexibilidad en la educación creativa**.

Otro aspecto muy importante a resaltar es la **importancia de que los padres sean pacientes** con las respuestas de sus hijos. No se les debe apurar en lo posible, pues necesitan tiempo para crear y asimilar sus propias invenciones y propuestas.

2. Aplaudir y reforzar las respuestas

Es fundamental que se valore la fluidez de ideas, de respuestas que produzcan y que se eviten los juicios de valor al respecto. Incluso ante aquellas preguntas o respuestas que sean ambiguas. La ambigüedad es una parte importante de la originalidad y una variable habitual en los momentos de creatividad, sobre todo, al principio.

Ejercicio práctico:

Dividir a todos los miembros de la familia y/o amigos que se encuentren en casa, en dos grupos. Un miembro de un grupo tendrá que decir una palabra de una categoría, por ejemplo: flores (amapola). Y otro miembro del otro grupo debe decir otra palabra de la categoría, por ejemplo: animales (gato).

En este punto, se formularían preguntas, como por ejemplo: ¿qué le diría una amapola a un gato?

El siguiente paso es esperar respuestas y continuar con el siguiente par de palabras y así sucesivamente.

3. Estimular las preguntas y las respuestas «soñadoras»

Es muy importante tener en cuenta el papel que la **ilusión y los sueños** tienen en el proceso creativo, y el entorno familiar es un buen lugar para fomentarlos.

Es importante recordar y resaltar que muchas de las **grandes innovaciones, inventos, mejoras empezaron con un «sueño»**, cuando el objetivo final se percibía como prácticamente inalcanzable. Por todo esto, es fundamental que los alumnos/as expresen sus «sueños» tanto en casa como en el colegio.

Algunas ideas para este propósito pueden ser:

Que expresen cómo les gustaría que fuera su pueblo, su escuela, su país...

Qué cambiarían en sus profesores, presidente del país... Cómo lo harían ellos en su lugar.

Qué metas les gustaría alcanzar, etc.

4. Interaccionar con ellos

Es fundamental que haya interacción familiar, en el sentido amplio del término: acompañarlo en sus tareas, *hobbies*, juegos, conversaciones... Tanto en dificultades, éxitos, dudas, expectativas, etc. Animarlo en sus tareas, mostrar interés en sus progresos y esfuerzo, ofrecerle oportunidades de aprendizaje... —ya que constituirá un aspecto positivo para el desarrollo de su inteligencia emocional y confianza—.

Ejercicios de desarrollo del pensamiento:

Algunas actividades que podemos realizar con ellos para estimular sus habilidades cognitivas, imaginativas y de pensamiento podrían ser pedirles que comenten qué ocurriría en casos supuestos o situaciones inverosímiles que se le planteen:

¿Qué ocurriría si...?

o ¿Qué ocurriría si de repente la mesa de la cocina te empezase a hablar?

Otra actividad que puede realizarse en el hogar es plantearles un problema o una situación y pedirles medidas alternativas para solucionarlo, o que hipoteticen sobre lo que puede estar ocurriendo en dicha situación. El objetivo es desarrollar y estimular su capacidad para formular hipótesis y pensar en términos de lo posible. Pueden emplearse situaciones reales de la vida cotidiana, láminas de dibujos, archivos de audio...

Otro ejercicio muy importante y efectivo consiste en tratar de que ejerciten la observación (describiendo lugares, objetos, fenómenos...).

Otro ejemplo de actividad, consiste en animarlos a que escriban relatos de manera lúdica y amena, y que cuando los finalicen les pongan un título.

5. Promover concursos no competitivos en el hogar

Es muy importante que desde el hogar se priorice el **trabajo en equipo y la cooperación**. Una actividad de utilidad en este sentido podría ser que se crease una canción en grupo, tanto la letra como la música. Y que tras la creación, se hiciesen ensayos y la correspondiente actuación final.

Ejemplo de actividad

Existen juegos de **pensamiento visual** que contribuirán en gran medida a desarrollar e incrementar la creatividad en consonancia con el centro educativo. La idea que subyace a este tipo de juegos es que se debe priorizar el pensamiento visual sobre el verbal. De esta manera, se evita que el pensamiento se dirija siempre desde el prisma del lenguaje, ya que éste lo estructura de una manera lógica.

Se pueden proponer infinidad de ejercicios visuales. Sirva como ejemplo, pedirle al niño/a que anticipe qué tipo de vivencias y sensaciones experimentará en una situación dada, como por ejemplo: una competición deportiva, la asistencia a un cumpleaños... o la generación de nuevas situaciones y vivencias con el fin de generar ideas.

Es fundamental que no emplee el lenguaje verbal y que trate de mantener la imagen todo el tiempo que dure el ejercicio.

A continuación se representa un **ejercicio básico de visualización** que consiste en percibir un objeto a través de los cinco sentidos, en este caso, una naranja. Es importante que el ejercicio se realice en posición cómoda y en un lugar tranquilo.

- **Vista.** Piense en la apariencia externa de la naranja. Vea su color, su forma, su tamaño, deténgase a mirar su piel. Fíjese en detalles. También fíjese en el aspecto de la naranja por dentro, cómo es el interior de la cáscara y cómo es la naranja en sí.

- **Oído.** Piense en el ruido al quitar la cáscara de la naranja y luego en el de la separación de los gajos. También deténgase en el leve ruido que se produce al morder los gajos.
- **Olfato.** Traiga a su memoria el aroma sutil que desprende la fruta antes de ser pelada, y después el olor más intenso cuando es partida. Trate de captar el aroma de un zumo.
- **Gusto.** Paladee su sabor, antes y después de ser mordida. También recuerde el sabor del zumo y el de un caramelo. ¿Percibe diferencias entre los sabores?
- **Tacto.** Palpe la cáscara y note la diferencia entre el interior y el exterior. También repare en el tacto de los gajos, la delicada fina capa de la piel. Sienta el contacto de los gajos con sus labios.