

Webs útiles e interesantes

<http://miscelaneaeducativa.com/estudiar/>

En esta página encontrará diversidad de textos donde su hijo podrá evaluar y mejorar la velocidad y comprensión lectora, además de cuestionarios para ver en qué falla (si hábitos de estudios o estrategias). Pero ya sabes, por muchas prácticas de lectura y comprensión que haga, luego ¡¡¡¡¡¡¡¡ estudiar requiere codos¡¡¡¡¡¡

<http://familias.apoclam.org/>

Dividido en apartados habla sobre:

* Estudia: como ayudar en los estudios, distintos estudios,...

* Se relaciona: mediación, ayuda entre iguales, riesgos del adolescente,...

* En su ambiente: uso responsable de internet, redes sociales, tv y videojuegos,...

<http://www.testeando.es/>

Trivial educativo (para reforzar contenidos de lengua, mates, ciencias, geografía, historia,...)



EE.PP.SAFA VILLOSLADA DPTO. DE ORIENTACIÓN

Avda. San Severiano 9-11
Teléfono: 956.250.420
<http://cadiz.safa.edu/>

ESCUELAS PROFESIONALES
SAGRADA FAMILIA



EE.PP.SAFA VILLOSLADA DPTO. DE ORIENTACIÓN

PAUTAS PARA AYUDAR EN EL ESTUDIO A SUS HIJOS

(SECUNDARIA)



Es muy frecuente oír a madres y padres...

"Mi hijo no sabe estudiar".

"No sé cómo ayudarlo en el estudio"

"Ya debería ser responsable de sus tareas y trabajos".

"Si no le digo nada... no se pone a ello"

Todos los chicos pueden mejorar su rendimiento escolar; aunque tengan problemas para asimilar la información, falta de atención o motivación... Unos pueden mejorar más y otros menos. Ayúdeles, su ayuda puede ser decisiva.

Curso 2012-2013

CONSEJOS GENERALES PARA PADRES

* Podemos ponernos muchas excusas para no ayudar lo suficiente: el niño es torpe, el niño pasa, no tengo tiempo, que le ayuden en el colegio que para eso están,... SIEMPRE HAY MANERAS DE AYUDAR. Y es mucho lo que se puede hacer. Recuerda que los principales responsables de la educación de los hijos son los padres.

SALUD Y ALIMENTACIÓN

* Cuanto más pequeño sea el chico más deberá orientarlo y guiarlo. Dos herramientas fundamentales son el cariño y la paciencia.

* La salud y la alimentación también influyen en el estudio. Para estudiar con provecho hay que estar en buena forma. Es conveniente tener una alimentación adecuada, dormir lo suficiente y hacer algún tipo de deporte o ejercicio físico.

SEGUIR UN HORARIO

* Deben seguir un horario de estudio que será consensuado entre padres e hijos. Pero una vez realizado **hay que respetarlo estrictamente. Alábele**, sobre todo al principio, cuando consiga cumplirlo.

PLANIFICAR BIEN Y EL LUGAR DE ESTUDIO

* Cada persona tiene una forma característica de aprender, que no coincide del todo con la de otras personas. Es importante que ayuden a su hijo/a a descubrir cuál es la manera en la que aprovecha mejor su estudio.

* El ambiente de estudio es importante, si bien cada persona tiene sus propias preferencias. Permitan a sus hijos/as estudiar donde mejor lo hagan. No obstante, si ven que se distraen con frecuencia, lo aconsejable es que busquen un lugar tranquilo, sin interrupciones ni ruidos.

* No hay un modo único de organizar el tiempo de estudio. Es difícil precisar cuántas horas deben dedicarse a estudiar, porque depende de la dificultad de las asignaturas, las tareas que haya para ese día, la capacidad o estado de ánimo de cada estudiante, etc. Como norma general, es aconsejable dedicarle al menos un tiempo diario (entre una y tres horas, más horas cuanto mayor sea el curso en el que esté) y, sobre todo, aprender a planificar las tareas: decidir cuánto nos llevará cada actividad, por cuál comenzaremos, en qué momentos podremos descansar, etc.

* **¿Cuánto estudiar a diario “incluidos los deberes”?**

De 4 a 6 años entre 15-30min. de 3 a 5 días a la semana.

De 7 a 12 años entre 30min.-2h. al día, 5 días a la semana.

De 13 a 16 años entre 2-3h. al día, 5 o 6 días por semana.

SI SOBRA TIEMPO

* Cada persona tiene un ritmo diferente para estudiar. Hay quien prefiere empezar por lo más difícil y quien por lo más fácil. Sin embargo, en general, es aconsejable no sobrecargarse de trabajo (por ejemplo, antes de un examen) y hacer descansos periódicos en cada sesión de estudio.

* Si se acaban pronto las tareas, **se completará el tiempo adelantando trabajo, siempre hay algo que hacer, se puede repasar lo que se ha explicado en clase, pasar a limpio los apuntes, hacer un trabajo pendiente, ojear un tema que se empezará días después, etc. Y, en último extremo, se puede leer un libro.**

* **No sirve decir “HOY NO TENGO TAREA”.**

OTROS ASPECTOS DE INTERÉS

* Conviene mantener ante el estudio una postura activa. Esto se consigue relacionando lo que se estudia con aspectos de la vida diaria, profundizando y ampliando, pensando en qué cosas de las asignaturas pueden resultar interesantes, etc. Si creen que su hijo/a se limita a memorizar o releer los temas una y otra vez, anímenle a subrayar, hacer esquemas, hacer gráficos, consultar otros libros o enciclopedias...

* Estudiar es importante, pero otras cosas también lo son. Es necesario que sus hijos/as aprendan a llenar el tiempo de ocio de un modo saludable. A lo largo de la tarde, debe haber tiempo para estudiar y también para otros hobbies y ocupaciones. Durante el fin de semana, no pasa nada si se trabaja mucho menos.

* Conviene que los padres/madres se interesen por lo que hacen sus hijos/as. Debe hacerse sin transmitir la impresión de que estamos supervisando o vigilando. Si su hijo/a lleva una Agenda, revísenla periódicamente y estén muy atentos a las anotaciones que pueda haberles escrito el profesorado.

* Si pueden, ayuden a sus hijos/as a realizar sus tareas; háganlo de un modo amigable. Si lo que están estudiando se les queda grande, busquen consejo sobre cómo hacerlo, en primer lugar del tutor/a.

* Estudiar es una tarea ingrata. **Animen a sus hijos/as; y recuerden que suele dar mejores resultados un premio o una alabanza verbal que un castigo.**