



Estimados padres:

Todo proceso de aprendizaje requiere la adquisición de determinadas habilidades que posibilitan que el alumno/a alcance una buena adaptación social y evolucione progresiva y adecuadamente en su madurez personal. Vuestra colaboración irá creando un clima propicio para que vuestros hijos logren con la adquisición de estas conductas, mayor autonomía, sensación de bienestar y seguridad en ellos mismos a la hora de actuar. En este sentido os proponemos una programación para llevar a cabo desde el hogar ya que consideramos que la familia es la piedra angular de la educación del niño/a.

¿ COMO AYUDAR A NUESTROS HIJOS EN LOS ESTUDIOS?

1.- Fomentando la responsabilidad.

2.- Fomentando la motivación.

1.- ¿ Cómo fomentar la responsabilidad?:

Desarrollar el sentido de la responsabilidad en los niños, supone un acto de voluntad por parte de los padres, una toma de decisión y un compromiso entre ellos (padre – madre) y al mismo tiempo con los hijos.

Los pasos esenciales a tener en cuenta para ello son los siguientes:

- Los padres deben de ser en si mismos un buen modelo de responsabilidad
- Deben de establecer un conjunto de normas y límites, coherente, acordado y asumido por ambos para evitar discrepancias.
- Favorecer la comunicación familiar y hablar con los hijos para informarles de los valores familiares y de las expectativas que tienen sobre ellos.
- Concretar mediante acuerdos con ellos, las normas de convivencia, los límites de su conducta, sus responsabilidades etc.
- Informarles de las consecuencias que se derivarán de su conducta, tanto positiva como negativa.
- Valorar y reforzar las conductas responsables

Las dificultades con que los padres pueden tropezar en la enseñanza del sentido de la responsabilidad son:

- La escasa reflexión que se dedica a la tarea educativa y a la relación con los hijos.
- En general dialogamos poco con nuestros hijos y esto conlleva un cierto desconocimiento de sus inquietudes, intereses, ilusiones etc.
- A veces no valoramos ni recompensamos las conductas responsables y solemos ser “ sancionadores”.
- La falta de acuerdo respecto a lo que se espera de los niños, la escasa constancia en los objetivos propuestos o en el método empleado para conseguirlos, dificultan la educación de la responsabilidad.
- Ser sobreprotectores o excesivamente autoritarios.
- Ser permisivos en exceso, la ausencia de normas, o la inconstancia en la aplicación de las consecuencias de la conducta, entorpecen el desarrollo de la conducta responsable.
- A veces el temor de los padres a las reacciones de sus hijos, cuando son contrariados en sus deseos, les lleva a “ prefiero hacerlo yo, antes que mandarlo”.
- Culpabilizar al niño/a de cómo es o cómo se comporta, suele crear dificultades.



Dificultades de los hijos para conseguir conductas responsables:

- Decir que no sabe....mostrando una generalizada impotencia.
- Arrastar los pies o ir excesivamente despacio.
- Dejar las cosas a medio hacer, sin terminar.
- Olvidarse de realizar la conducta.
- Echar la culpa a otras circunstancias concurrentes.
- Discutirlas formas de ejecución de la tarea.
- Poner como excusa la actitud o forma de obrar de uno de los padres.
- Chantagear afectivamente a los padres y hacerlos sentirse culpables.
- Poner como ejemplos a otros padres que no exigen a sus hijos.

¿ Qué deben hacer los padres para enfrentarse a estas dificultades?.

- Dialogar con los hijos y decirles claramente qué es lo que esperan de ellos. Hablarles y en sesiones de “ familia”, establecer normas que regularán la convivencia familiar y las consecuencias de su incumplimiento.
- Establecer conjuntamente las responsabilidades que les asignan y escribirlas en un lugar visible para el niño/a.
- Estudiar con sus hijos diferentes formas o alternativas de cumplir con sus responsabilidades, recordándoles que la mejor alternativa es aquella que proporciona las mínimas consecuencias negativas y las máximas positivas.
- Trabajar con los niños/as cuando tengan algún problemas, facilitándoles la realización de las tareas.
- Alabar las conductas adecuadas y responsables.
- Para que las normas sean eficaces es necesario tener muy claro las consecuencias que se derivarán de su incumplimiento y es por ello que tanto los padres como los hijos deberán determinar las sanciones que se establezcan.
- Aplicar las sanciones ante las infracciones.
- Ser constantes, coherentes y afectuosos en su tarea educativa y en la relación con sus hijos.

2.- ¿ Cómo fomentar la motivación?:

La motivación es un proceso psicológico que empuja ala persona hacia un objetivo. En la motivación intervienen factores personales (intereses, expectativas, capacidades), factores ambientales (planificación docente, de refuerzos) y resultados (nivel de esfuerzo, de ejecución y resultados).

Desde los padres, podemos desarrollar actitudes positivas en los estudios:

- Hablando del colegio de forma positiva.
- Transmitiendo las propias experiencias personales.
- Interesándose diariamente por las actividades escolares.
- Valorando los trabajos que hacen nuestros hijos.
- Valorando el esfuerzo más que los resultados.
- Coordinándose lo más posible con el colegio.
- Cuando existan conflictos, solucionarlos por medio del diálogo.



También se refuerza la motivación cuando nuestros hijos obtienen consecuencias positivas por lo que hacen. Para ello es necesario que:

- Se planteen objetivos claros, concretos y a corto plazo.
- Apuntarlos y tacharlos según se van cumpliendo.
- Realizar una actividad agradable después de cumplir los objetivos.
- Ofrecer una recompensa especial después de un esfuerzo especial.
- Reconocer los logros y las mejoras en público.
- Dar las cosas que normalmente obtienen los niños/as como premio por haber cumplido los objetivos.

LOS DEBERES:

a.- La importancia de los deberes:

- Los deberes son actividades que repiten, refuerzan y practican lo aprendido en el colegio.
- Los deberes nos dicen que lo que se hace en el colegio es tan importante como para que se haga en casa.
- Los deberes dan a los padres la ocasión de observar el progreso de sus hijos.
- Los deberes sirven para ver la eficacia de lo enseñado.
- Hacer los deberes fomenta el sentido de la responsabilidad.

b.- El papel de los padres:

Los padres deben dar más importancia al proceso que al contenido. No hay que hacerle los deberes a los hijos. La ayuda consiste en:

- Plantear preguntas, no dar respuestas.
- Enseñar a sacar información de libros, diccionarios etc...
- Permitir los errores.
- Darles modelos pero no hacerles las tareas.
- Seguir las instrucciones del profesor/a.

;;; AYUDAR A LOS HIJOS NO ES HACERLES LOS DEBERES;;;

c. La agenda escolar:

- Sirve para establecer los objetivos diarios tanto por los profesores como por los padres.
- Sirve como recordatorio de las responsabilidades escolares.
- Sirve como medio de comprobación de lo que se va estudiando.
- Sirve como medio de comunicación entre la familia y la escuela.

¿ CUALES SON LAS CONDICIONES APROPIADAS PARA EL ESTUDIO EN CASA?

En líneas generales podemos decir que las mejores condiciones para el estudio son las que favorecen al máximo la concentración.



1.- ILUMINACIÓN:

- Buena luz dirigida pero que no haga sombras: un flexo con bombilla azulada de unos 60w, enfocada desde la izquierda (o desde la derecha si se es zurdo).
- No estudiar con tubos fluorescentes: a la larga cansa más la vista por la emisión de luz intermitente de alta frecuencia.
- Aumentar la iluminación con trabajos de detalle: dibujo, elaboración de mapas, letra pequeña, consulta de atlas ...

2.- TEMPERATURA:

- La temperatura ambiente influye en la concentración.
- Demasiado calor produce somnolencia.
- Demasiado frio: tensión muscular.

3.- VENTILACIÓN:

- Cuidar la ventilación de la habitación: la disminución del oxígeno (habitaciones cargadas) impide el buen funcionamiento cerebral, y así baja la capacidad de concentración, da dolor de cabeza...

4.- TRANQUILIDAD:

- Ausencia de interrupciones.
- Ausencia de ruidos fuertes.
- ¿ Estudiar con música? Por suave que sea distrae y quita concentración. Sólo es aconsejable con trabajos ligeros: dibujo, hacer mapas, pasar apuntes a limpio...

5.- POSTURA:

- Mesa amplia para tener todo a mano.
- Silla cómoda, pero que permita tener la espalda recta, con altura adecuada a la estatura.
- Nunca estudiar en sillón o cama. Para rendir adecuadamente se necesita cierto grado de tensión muscular.

6.- LUGAR DE ESTUDIO:

- A ser posible que sea permanente.
- Preferible una decoración que no distraiga: posters de paisajes relajantes...
- Colocar un corcho para poner horarios, trabajos, recordatorios..



DESARROLLO DE LOS HÁBITOS EN LAS EDADES DE LOS 10-11 AÑOS

1.- ÁREA DEL VESTIR

Años	Desnudarse	Vestirse	Aspecto general	Cuidado de ropa
9 - 10 años		<ul style="list-style-type: none">Sabe abrochárselo todo, no tiene problemas con ningún tipo de prendas.	<ul style="list-style-type: none">Decide, con criterio, qué se pone.Acostumbra a llevar siempre pañuelo.	<ul style="list-style-type: none">Sabe coser un botón u planchar alguna cosa sencilla.
10 - 11 años			<ul style="list-style-type: none">Cuida bien su aspecto: cuellos bien puestos.	<ul style="list-style-type: none">Sabe comprar alguna prenda sencilla, cose algún desperfecto pequeño.

2.- ÁREA DEL SUEÑO

Años	Despertarse	Dormir
9 - 10 años	<ul style="list-style-type: none">Puede despertarse con despertador, levantarse e ir a la escuela sin ayuda del adulto.	<ul style="list-style-type: none">No pide luz indirecta al dormir.Si hay ruidos que le molestan cierra la puerta de su habitación.
10 - 11 años		

3.- ÁREA ORDEN EN HABITACIÓN/RESPONSABILIDADES DOMESTICAS

Años	Orden en la habitación
9 - 10 años	<ul style="list-style-type: none">Cambia a menudo la organización de su orden así como los criterios, mantiene un orden aceptable en sus cosas.
10 - 11 años	<ul style="list-style-type: none">Cuando hace alguna actividad: (cocina), lo deja ordenado.Sabe dónde dejar los objetos generales de la casa.
Años	Responsabilidades domésticas
9 - 10 años	<ul style="list-style-type: none">Friega si le cae agua, no siempre escurre bien.Puede lavar los platos normalmente.Puede limpiar animales normalmente.
10 - 11 años	<ul style="list-style-type: none">Puede cuidar un bebé, darle el biberón o alguna comida fácil.Puede fregar, si es preciso, sabe escurrir bien.

4.- ÁREA DE LAS RELACIONES SOCIALES

Años	Relaciones sociales
9 - 10 años	<ul style="list-style-type: none">Si se cae en el colegio, no pide tratos de favor ni quiere terminar antes.
10 - 11 años	<ul style="list-style-type: none">Sabe comportarse en situaciones de compromiso.Puede ir a hacer trámites burocráticos; pide información si es preciso.Va al barbero solo.Al ir a comprar explica qué quiere, pide detalles...

5.- ORGANIZACIÓN DE TAREAS Y ACTIVIDADES

Años	Organización de tareas y actividades
9 - 10 años	<ul style="list-style-type: none">Sabe distribuirse el tiempo y hace las actividades pertinentes.Sabe organizar reuniones de amigos.Se organiza bien en grupo.No espera el último momento para hacer las cosas.Avanza las tareas para disponer de tiempo libre y no tener imprevistos.
10 - 11 años	<ul style="list-style-type: none">Sabe prepararse la mochila, para más de un día (hace falta control para evitar que sea en exceso previsor).Sabe aprovechar pequeños ratos, para realizar actividades.

