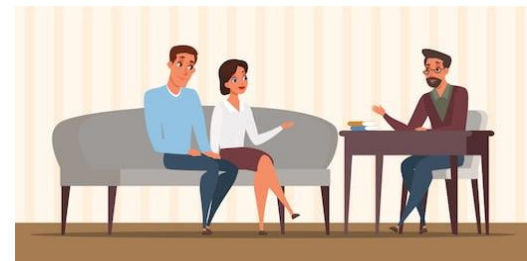




## **HABILIDADES PARA LA VIDA**



## **DOCUMENTO DE APOYO A LOS ADULTOS SIGNIFICATIVOS DE NIÑOS Y NIÑAS**



shutterstock.com • 1369203518

Estimados Padres y Apoderados la siguiente reflexión nos permitirá facilitar y generar “**Los Hábitos de Estudios**” y así estaremos asumiendo un compromiso



con nuestros niños y niñas desde el hogar en estos momentos de contingencia sanitaria por COVID-19.

Saber sobre estrategias que ayudarán positivamente a su niño o niña en el proceso de Enseñanza Aprendizaje, ayudará a que los niños y niñas no pierdan los ritmos de aprendizaje, para cuando vuelvan a clases presenciales.



Importante saber que el rendimiento escolar, depende de varios factores tales como: nivel intelectual, madurez, autoestima, motivación, métodos de enseñanza, atención y concentración, entre otros. Sin embargo existe un aspecto de gran importancia que puede influir, pese a que el niño o niña no esté afectado con los factores anteriormente mencionados, esto sería lo que se relaciona directamente con “**Hábitos de Estudios**”.

Cabe señalar que los hábitos de estudio son adquiridos, es decir, **aprendidos**, por lo tanto un niño aprende a estudiar y a desarrollar la costumbre de cumplir con sus deberes escolares, teniendo obviamente el apoyo del hogar.

### Algunas sugerencias a considerar:

El niño y la niña deberá estar en condiciones físicas y emocionales adecuadas para iniciar su estudio, ellos deben estar alimentados considerando las cuatro alimentaciones diarias: desayuno, almuerzo, algo a media tarde y once o cena, para estar en buenas condiciones de salud, descansado (sin sueño) que duerma de 10 a 11 horas, es conveniente que los niños se duerman temprano, como también estar en un estado emocional libre de preocupaciones marcadas tales como: castigos, agresiones, etc. (Este punto es fundamental).

“**Condiciones ambientales**”: Elegir un lugar apropiado en lo posible para que el niño o niña, disfrute de la realización de sus tareas, ojalá que sea permanente, para el estudio, el lugar debe estar bien iluminado (de preferencia luz natural), ventilado, lo más apartado posible de interferencias o ruidos, para que pueda concentrarse y estudiar en forma tranquila.

En este punto es muy importante evitar estímulos distractores como: radio, TV, etc. Ya que el esfuerzo del niño o niña será necesariamente mayor al atender a más de una fuente de estimulación.

### “**Confeción de un horario**”

- Determinar una rutina diaria que contemple los horarios de estudios y actividades recreativas y ubicarlo en un lugar visible.

Ejemplo:

## LUNES a VIERNES

**8:00 a 9:00**

Me levanto



Realizó mi aseo



Tomo mi desayuno



Me cepillo los dientes después de mi comida



**9:00 a 9:30**

Realizó mis:

Ejercicios



Ejercito mis manos



Preparo mis materiales



**9:30 a 11:30**

A estudiar



**11:30 a 12:00**

¡Descanso!



**12:00 a 14:00**

Vuelvo a estudiar



**14:00 a 15:00**

¡Almorzar!



En la tarde elijo mi horario de mi plan lector.



(Si el niño o niña tiene libros mandados por el colegio, dividir el libro de lunes a jueves, ejemplo si el libro tiene 200 páginas y debe leerlo en el mes de abril se divide  $200/18 = 11$  páginas diarias; entonces se debe leer 11 páginas de lunes a jueves y todos los viernes se hace la comprensión de lo leído a través de resumen, preguntas, dibujos, etc. Esto ayudará a que no se sienta presionado y disfrute día a día su lectura).

- Estudiar paso a paso y no acumular materias para última hora.
- Revisar las materias oportunamente de las clases para completar tareas, etc.
- Dedicar un tiempo especial para aquellas asignaturas que presente dificultad.



## ¿CÓMO ESTUDIAR?

- Deberá estudiar y realizar sus tareas antes del tiempo de descanso, por ejemplo jugar, mirar TV, etc.

Ayudar a que el niño o niña reflexione con las siguientes preguntas:

¿Anoto las tareas que me dan?

¿Hago las tareas el mismo día que me las dan?

¿Tengo mis cuadernos ordenados y completos?

¿Antes de empezar un trabajo reúno todos los materiales necesarios?

## RECOMENDACIONES PARA LOS ADULTOS ENCARGADOS DE GUIAR A LOS NIÑOS Y NIÑAS:



- Deben demostrar su propio INTERÉS Y PREOCUPACIÓN por el rendimiento escolar de sus niños o niñas.
- NO EMPLEAR CASTIGO FÍSICO (golpes, correazos, u otros), PSICOLÓGICO (retos descalificativos, comparaciones con otros niños, amenazas, etc.). Si se castiga severamente al niño o niña porque no estudia esto le provocará un efecto adverso a lo que se le está intentado enseñar (le tomará odio al estudio), provocando miedo y rechazo. Además esta situación de temor no podría ser eliminada sino mediante un TRATAMIENTO ESPECIALIZADO.
- “Estimular” constantemente al niño o niña, premiando sus esfuerzos y logros escolares a través del afecto, aunque estos sean pequeños al comienzo. Con esto ayuda a tener una mejor autoestima y a creer que él o ella es capaz de hacer las cosas por difíciles que se sean.



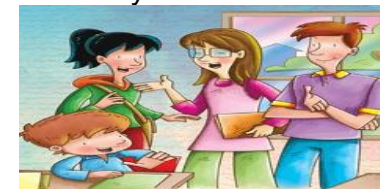
- Dialogar con los niños y niñas las conductas de evitación al estudio, es decir motivarlos a la realización de actividades sin perder de vista la edad y el nivel de aprendizaje de cada niño y niña para el inicio del trabajo escolar que hayan acordado.



- No caer en posiciones extremas exigiéndole o controlándole en forma excesiva. La idea es hacer cumplir en forma razonable las tareas, de acuerdo a la capacidad del niño o niña por su edad, empleando como adulto una seguridad y autoridad **AFECTUOSA**.



- Es recomendable que los padres o apoderados una vez que se retome la normalidad de las clases, tengan un contacto periódicamente con los profesores para saber del rendimiento del niño o niña, además de participar en las actividades a las que el colegio les invite, pues la educación de los niños y niñas no es solamente obligación de la escuela, los mayores responsable de esta son los padres o apoderados y la familia en su conjunto.



- Ayudar a los niños y niñas solo cuando se les hace muy dificultoso realizar las actividades.



- Los adultos significativos deberán tener los mismos criterios y actitudes frente al niño o niña.



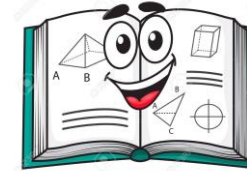
- No interrumpir al niño o niña en sus horas de estudios, evitando asignarle otras responsabilidades como: efectuar compras, realizar labores domésticas, mirar al hermano menor, etc.



- Finalmente deben comprender que su participación en el proceso de enseñanza aprendizaje del niño o niña es un factor muy fundamental para el logro de un buen rendimiento en la escuela.



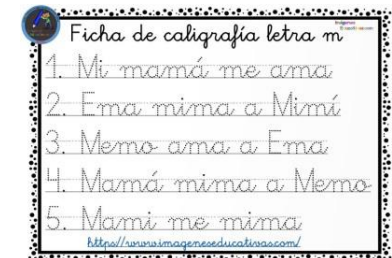
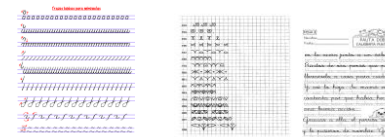
## OCUPANDO LA TÉCNICA DE “HABITOS DE ESTUDIOS EN LAS DIVERSAS ÁREAS EDUCATIVAS”:



**\*Lectura controlada:** Leer en voz alta y de forma silenciosa, **cuentos o libros simples, durante media hora.**

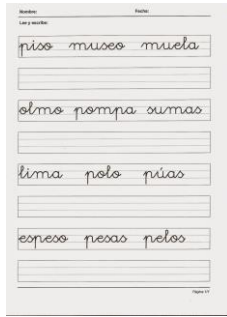


**Caligrafía:** Es muy importante que el niño o niña mejore su escritura, ejercitar con letras, palabras, oraciones y trozos simples por ejemplo.





\***Copia:** Elegir trozos al azar y copiarlos, cuidando mayúsculas, ortografía, puntuación y acentuación, con un lápiz de distinto color.



\***Comprensión lectora:** Comenzar con lecturas cortas, hacer resúmenes, dibujos, contestar preguntas y contarlos (PARAFRASEO).



\***Dictado:** Dictar palabras, oraciones y trozos simples que contengan letras con dificultad ortográfica (b, v, s, c, ch, y, etc.), revisar y corregir errores junto con el niño o niña. (De acuerdo a como va resultando esto se van complejizando las actividades).



\***Cálculo:** Ejercitar **secuencias numéricas, (escritura y lectura de números)**, valor posicional, ejemplo Unidad, Centena, Decena, etc. Ejercitar las cuatro operaciones básicas (**adición – Suma, sustracción – resta, multiplicación y división**), esto se ejercita según el ámbito numérico manejado por el niño o niña y por el curso al cual asiste. Además ejercitar y darle mucho énfasis al razonamiento aritmético (**resolución de problemas**). Y como último punto reforzar constantemente las tablas de multiplicar.

