

CONCLUSIÓN

1. Al llegar a casa enseña la agenda, planifica en su libreta de trabajo lo que tiene que trabajar para ese día con relación a asignaturas que ha tenido y asignaturas que tendrá al día siguiente.
2. Se pone a realizar los deberes.
3. Estudia siguiendo los pasos de técnicas de estudio (lectura, esquemas.....)
4. Demuestra lo que ha realizado.

ACTITUD DE LOS PADRES FRENTE AL ESTUDIO

MUY IMPORTANTE. Vuestro papel es sólo de supervisión. Son vuestros hijos los encargados de llevar a cabo todo lo anterior. Al principio, necesitarán vuestra ayuda más habitualmente, pero luego, debéis retiraros progresivamente y ayudarles en momentos puntuales del proceso, resolver dudas, guiarlos en las tareas y supervisar que están cumpliendo con lo pactado. Debemos fomentar su autonomía. Lo que vuestros hijos pueden y deben hacer.



TALLER PARA PADRES

ESPECIAL TÉCNICAS DE ESTUDIO



¡Gracias por su asistencia!



Telf. 986 291 037
info@psicologiaarca.com
www.psicologiaarca.com



López Mora 17. 1ºB Vigo RS C-36-000339
Telf. 986 291 037
Teixugueiras 14, Oficina 10-11, Navia (Vigo) RS-C-36-002152
Telf. 886 137 934
www.psicologiaarca.com

¿QUÉ SON LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO?

Son muchas las variables, de diferente índole, que intervienen en el éxito escolar. Pero, posiblemente, una de las que más influye en el rendimiento de los alumnos es la técnica de estudio. Las condiciones de trabajo personal y el método utilizado para el estudio, además de la capacidad intelectual y los rasgos de personalidad, repercuten en el resultado académico esperado por el alumno y su entorno, condicionando la motivación y la predisposición hacia el trabajo de estudiar.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL HÁBITO DE ESTUDIO?

- ◆ Ayuda a hacer del estudio una actividad diaria e ineludible
- ◆ Estudia con menos esfuerzo
- ◆ Se sentirá más seguro en sus estudios y capacidades
- ◆ Se enfrentará mejor al día a día y al futuro
- ◆ Aumenta las posibilidades de un alto rendimiento escolar

Los hábitos de estudio son el MEJOR Y MÁS POTENTE PREDICTOR del éxito académico

¿CÓMO MOTIVAR A NUESTROS HIJOS?

Es conveniente **valorar los esfuerzos** realizados por vuestros hijos, así aumentará en seguridad y en ganas de estudiar más.

Interés de los padres en el aprendizaje. Los hijos están más motivados si los padres se interesan por la marcha diaria, sus progresos y dificultades escolares y, no sólo por los resultados del rendimiento escolar, traducido en notas.

No poner, de entrada, las metas demasiado lejos, para que no cunda el desánimo. Establecer **metas próximas y factibles**. El éxito llama al éxito, el fracaso llama al fracaso.

Reforzar patrones positivos a la hora de afrontar la tarea (los que se basan en actividad, en hacer algo) y **reducir los negativos** (no hacer nada y autoconvencerse de que no hay forma de salir adelante: “no me va a dar tiempo, esto no me sale, a mí esto no se me da”,...)

MATERIAL

- Es imprescindible la agenda escolar y su control diario.
- Horario de actividades y estudio, por escrito uno en lugar de estudio y otro en la cocina o sala de estar.
- Hacer horarios encadenados de trabajo y tiempo libre.
- Libreta de trabajo.

REVISAR

PROGRAMACIÓN MENSUAL: La programación mensual debe estar cubierta con las actividades y exámenes previstos para ese mes y que se refleje en ella con la antelación suficiente para trabajarlos.

EL HORARIO SEMANAL CON ÉL/ELLA: Asegúrate de que las sesiones de trabajo son suficientes y de que se cumplan.

LA PROGRAMACIÓN DIARIA: Todos los días antes de empezar a trabajar revisar la programación diaria que ha planificado para ese día.

LA ELABORACIÓN DE ESQUEMAS RESUMEN: Comprobar que todos los temas de cada asignatura tienen un esquema- resumen elaborado con suficiente antelación para poder estudiarlo.

REDUCCIÓN DE LA REVISIÓN: Poco a poco ir retirando estas revisiones y controles sobre el trabajo, en la medida que él va asumiendo su responsabilidad.



PROCEDIMIENTO PARA ENSEÑAR A ADQUIRIR UN HÁBITO

ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO: HORARIO DE ESTUDIO

El horario ha de ser realista (que se pueda cumplir) pero riguroso (que se cumpla con precisión).

Negociar un plan de estudios, ajustándolo a sus posibilidades reales y al tiempo de ocio.

Estudia en períodos de 40-45 minutos.

Realiza pausas de 10-15 minutos, para descansar.

Aprovechar estos periodos de descanso para: ir al baño, merendar,...

PLANIFICACIÓN

Reflexionar sobre las distintas actividades y asignaturas que tienes: anotar los exámenes, trabajos, lectura de libros, ...

Lleva al día tus asignaturas, no dejes nada para antes de los exámenes.

Controlar indirectamente y/o directamente: la agenda, el plan de trabajo, orden y limpieza en los cuadernos y materiales, realización de las actividades y estudio.

UN MÉTODO ACTIVO DE ESTUDIO

“Jamás conformarse con leer la lección varias veces sin más.”

Realizar un estudio activo fomenta la concentración y la memorización.

