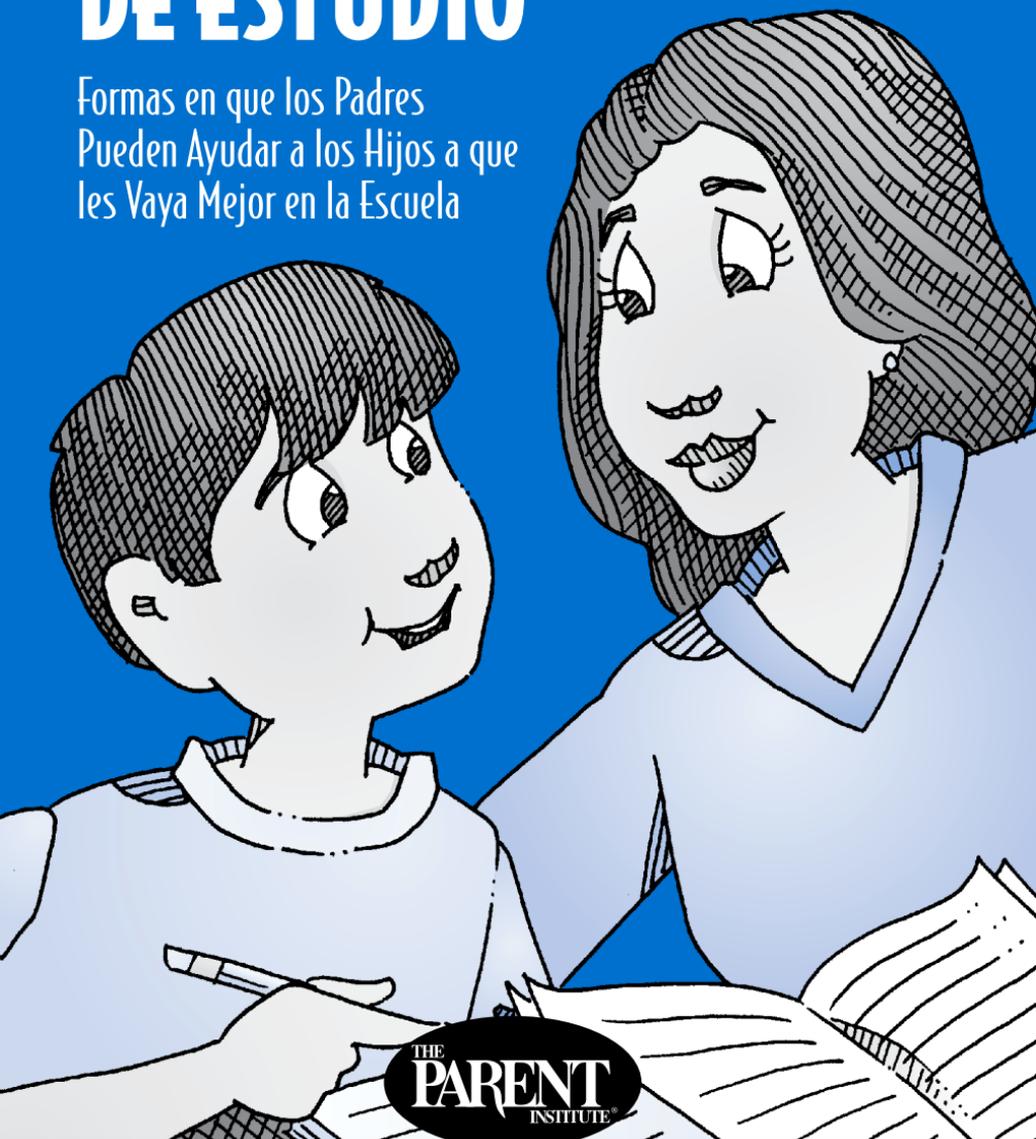


DESARROLLANDO DESTREZAS DE ESTUDIO

Destrezas para el Éxito Escolar

Formas en que los Padres
Pueden Ayudar a los Hijos a que
les Vaya Mejor en la Escuela



THE
PARENT
INSTITUTE

Una Serie de Folletos Para Padres

¿Por qué los maestros asignan tareas?

Ayudar a los chicos a desarrollar buenas destrezas de estudio es una de las formas más importantes en que los padres pueden ayudar a los chicos a triunfar en la escuela. Las tareas pueden:

- **Ayudar a los estudiantes a aprender más.** Cuando los estudiantes repasan las materias en el hogar, ellos recuerdan y entienden mejor lo que han aprendido en la escuela.
- **Enseñar a los estudiantes que el aprendizaje puede tomar lugar dondequiera.** A través de las tareas, los estudiantes pueden ver que el aprendizaje puede tomar lugar en la casa y en la comunidad tanto como en la escuela.
- **Enseñar a los estudiantes a tener disciplina.** Es cierto que algunos días es difícil de sentarse a estudiar. Pero cuando los estudiantes toman la costumbre de hacer las tareas diariamente, ellos también aprenden las recompensas de la disciplina propia.
- **Ayudar a los estudiantes a aprender a usar el tiempo prudentemente.** Planificar es una destreza importante para completar las tareas ... y para el éxito en la vida.



Este folleto incluye sugerencias de maneras prácticas en que usted puede ayudar a su hijo a desarrollar buenas destrezas de estudio y a la vez ayudarlo a rendir mejor en la escuela.

Conozca al maestro

Es más fácil ayudar a su hijo si usted sabe lo que el maestro espera de él. Hable con el maestro de su hijo y pregúntele qué tipos de tareas asignará. Pregúntele cuándo las tareas deben ser entregadas y pregunte cómo puede ayudar a su hijo en el hogar.



Los padres también son maestros

A pesar de que la responsabilidad del maestro es de enseñarle a su hijo la materia, a veces los niños tienen dificultades en recordar lo que han aprendido en clase. Aquí tiene cómo puede ayudar:

- **Apoye a su hijo en el hogar.** Usted puede ayudar a su hijo a repasar, puede escuchar a su hijo leer en voz alta o puede pedirle que deletree las palabras de dictado.
- **Pida consejos sobre cómo trabajar con su hijo.** La mayoría de los maestros están dispuestos a sugerirle métodos y actividades para probar en casa. Pregúntele a su escuela si tiene un número telefónico que usted pueda llamar en caso de que necesite ayuda. Pregunte también si puede comunicarse con el maestro por correo electrónico (e-mail). Investigue lugares en la Internet que ofrezcan ayuda con las tareas.
- **Use al maestro como modelo.** Visite la sala de clases. Vea cómo el maestro trabaja con los chicos en la lectura, las matemáticas y cualquier otra actividad. Luego, trate de copiarlo.

Pruebe estas formas comprobadas de ayudar a su hijo

- **Ayude a su hijo a desarrollar** metas de estudio diarias basándose sobre las tareas asignadas. Unas cuantas metas que su hijo pueda completar, una por una, son mejores que una sola meta extensa. Esto les da a los chicos un sentido de logro y satisfacción.
- **Esté disponible.** Los niños menores necesitan más ayuda. Pero todos los niños necesitan saber que los padres están dispuestos a ayudarlos. Esté preparado a esclarecer instrucciones o a contestar preguntas.
- **No ayude demasiado.** Recuerde que no es *su* tarea. Por lo tanto, no la complete para su hijo. Sencillamente dele consejos y apoyo a su hijo.
- **Fomente una actitud positiva.** Elogie los esfuerzos de su hijo y déjele saber cuando ha hecho algo bien. Diga cosas como: "Me gusta la manera en que organizaste el ensayo," o "¡Recientemente has completado todo a tiempo!"



- **Ayude a su hijo a visualizar el éxito.** Por ejemplo, diga, "Imagina que tu maestro está diciendo que es hora para una prueba de ortografía. Imagina que no tienes dudas porque has aprendido todas las palabras. Escucha al maestro pronunciar todas las palabras e imagínate que las estás escribiendo correctamente. Ahora ves una calificación de 'A' sobre la prueba."
- **Elimine la ansiedad** de cometer errores. Diga, "Me gusta ver que no te rindes cuando cometes un error. Hay tantas cosas que aprender. Si siempre tenemos miedo de cometer errores, nunca haríamos nada." Cuando su hijo cometa errores, enfóquese en lo que se pueda aprender de estos.
- **Ayude a su hijo a notar** su progreso. Hable con su hijo sobre lo que ha aprendido. Podría sacar un libro viejo y decir, "¿Recuerdas cuando tenías dificultades en leer este libro?" Si su hijo tiene problemas con las matemáticas, dígale, "¿Recuerdas cuando no podías sumar $6 + 9$?" Comparta con su hijo su emoción al verlo progresar.
- **Asegúrese que su hijo** descanse suficientemente, coma bien y haga ejercicios diariamente. Un cuerpo sano ayuda a los niños a aprender.



Ayude a su hijo a organizarse

Ayudar a su hijo a organizarse es otra estupenda manera en que usted puede ayudarlo con las tareas. Aquí tiene tres sugerencias:

- 1. Use notitas adhesivas.** Compre notitas adhesivas que su hijo pueda usar en la clase. Si el maestro asigna una tarea, su hijo puede adherir la notita a la cobertura del libro. Así se le hará más fácil ver qué libros debe de traer a casa.
- 2. Haga un calendario** para las tareas. Un calendario mensual con espacio para escribir ayudará a su hijo a organizar las tareas por fecha. Los calendarios también son muy útiles para organizar los pasos importantes de un proyecto extenso.
- 3. Use un planificador.** La mayoría de las escuelas hoy día proveen planificadores para que los estudiantes anoten las tareas.



¿Cuándo es el mejor momento para completar las tareas?

Al igual que los adultos, algunos chicos son noctámbulos. Otros se despiertan antes de que salga el sol. Una clave para el éxito escolar es saber cuál es el “mejor momento” para que su hijo estudie.

No hay una sola hora para la tarea. Experimente para ver qué es lo mejor para su hijo.

Recuerde, la mayoría de los chicos (y también los adultos) necesitan tomar descansos cortos mientras

estudian para mantenerse alertas. Ayude a su hijo a planificar descansos breves durante la hora de estudio.



Trate de 'Ganarle al Reloj'

¿Su hijo se distrae cuando estudia? Una madre resolvió el problema al tornar la hora de estudio en un juego de “Ganarle al Reloj.” Aquí tiene cómo jugar:

Primero, eche un vistazo a ver cuánto tiempo le tomará a su hijo de completar la tarea. Luego, use un reloj de alarma y dele a su hijo un poquito de tiempo adicional para completar la tarea. Rétele a que la termine antes de que el reloj suene. Esto puede ayudar a su hijo a concentrarse en la tarea. Aún mejor, esto lo ayudará a darse cuenta que él puede hacer esto *por sí mismo* sin que usted se lo recuerde.

¿Cuál es el mejor lugar para estudiar?

Decidir *dónde* estudiar es tan importante como decidir *cuándo* estudiar.

Empiece con un lugar sencillo y tranquilo. Si su hijo es aún muy joven, o necesita ser supervisado en fin de que termine la tarea, usted debe estar presente. Añada una mesa o un escritorio, una lámpara, y una silla cómoda. Añada los materiales necesarios tal como papel, lápices y bolígrafos, borradores, sujetadores para papel, una regla, un sacapuntas, y un diccionario.



¿Se puede estudiar con música o con la tele prendida?

A veces está bien que los jóvenes quieran estudiar con música puesta. Pero no está bien si sus calificaciones bajan o si el volumen de la música está demasiado alto. ¿Por qué? Muchas situaciones—incluso durante las pruebas—requieren que se trabaje en silencio. Y los expertos están de acuerdo que prender la tele durante la hora de estudio no es una buena idea. ¡Así que grabe los programas favoritos de su hijo para verlos después de haber estudiado!

¿Puedo estudiar con un compañero?

Los compañeros de estudio pueden ser de mucha ayuda cuando tienen preguntas. Ellos pueden apoyarse mutuamente. Y los estudiantes a menudo aprenden más cuando pueden hablar sobre sus respuestas y las razones por las cuales respondieron de cierta manera. Tener a alguien con quien estudiar puede ser de mucha ayuda para los estudiantes que tienen que estudiar cuando los padres no están presentes.

Pero estudiar con compañeros tal vez no es una buena idea si su hijo se distrae fácilmente. Y, si ambos de los estudiantes quieren hablar sobre algo que no tiene que ver con las tareas—no funcionará.

Sugiera el Método 'OPLVR'

Enséñele a su hijo a usar la fórmula de estudio OPLVR. Las letras representan un proceso de cinco pasos que hacen más eficaz la hora de estudio— Observe, Pregunte, Lea, Vuelva a expresarlo con sus propias palabras, Repase.

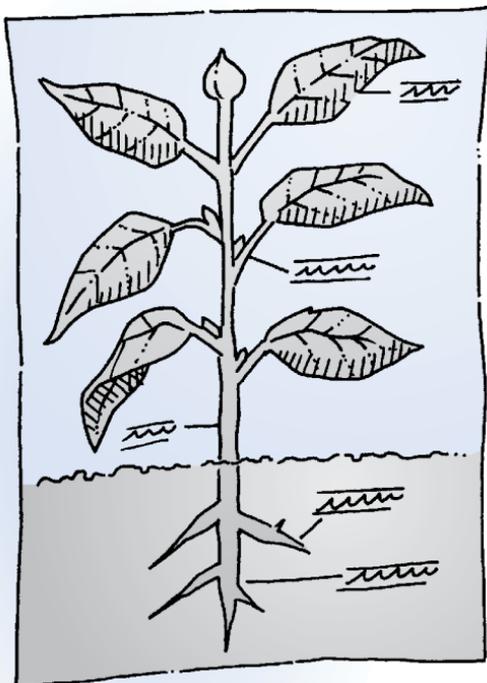
Observe. Pídale a su hijo que eche un vistazo y hojee el material. Lea los títulos. Mire las ilustraciones. Lea lo que esté subrayado o enfatizado.

Pregunte. Una vez que su hijo sepa cuál es la idea central, pídale que piense en preguntas que tal vez pueda contestar una vez que termine de leer el material. ¿Cómo se llaman las partes de una planta? ¿Cómo se forman células nuevas?

Lea. Ahora su hijo debería de leer la tarea. A medida que su hijo lea, pídale que trate de encontrar respuestas a las preguntas que ha desarrollado.

Vuelva a expresarlo con sus propias palabras. Luego, pídale a su hijo que le cuente las partes importantes de un capítulo usando sus propias palabras. ¿Cuáles son las ideas más importantes?

Repase. ¿Cuáles son las ideas más importantes? ¿Su hijo encontró todas las respuestas a las preguntas? ¿Qué más aprendió? ¿Qué le sorprendió? Este paso puede tomar lugar inmediatamente después de la lectura o días después de haber leído.



Tomar apuntes puede ayudar

A veces su niño necesita ayuda en recordar lo que ha leído. Escribir apuntes puede ser la respuesta a esto. Aquí tiene un método que le puede recomendar:

- 1. Dibuje una línea** de arriba de la página hacia abajo, en la parte izquierda del papel para hacer dos columnas.
- 2. Escriba los subtítulos** de cada sección importante en la columna izquierda.
- 3. Luego, escriba un resumen** de cada sección en la columna derecha.
- 4. También apunte frases** y palabras claves.
- 5. Trate de recordar** la información en la columna derecha a medida que lee los subtítulos de la columna izquierda.



Cómo triunfar en las pruebas escolares

Una de las mejores formas de estudiar para una prueba es que su hijo invente sus propias preguntas de estudio. Si su hijo fuese el maestro, ¿qué preguntaría? Asegúrese que su hijo incluya cualquier material que el maestro haya mencionado en clase. ¿La prueba incluirá ensayos? ¿Respuestas múltiples? ¿Enfatizará cierto material?

Una vez que su hijo pueda responder a sus propias preguntas de estudio, estará listo para tomar la prueba.

Domine esas tareas de redacción

Las tareas de redacción a menudo son parte de las tareas de un estudiante. Aquí tiene algunas formas en que usted puede ayudar:

- 1. Pídale a su hijo** que hable acerca de las ideas que tenga sobre el tema antes de que comience a escribir. La escritura clara empieza con una mente clara. Hablar con alguien puede ayudar a esclarecer algunas de las ideas.
- 2. Anime a su hijo** a tomar apuntes antes de escribir. Un esbozo o un esquema, como el que mostramos, son buenas maneras de organizarse.



- 3. Elogie a su hijo.** Sea tan específico como pueda. Diga, "Realmente me gusta la forma en que describiste cómo te sentiste cuando te habías perdido."
- 4. No critique demasiado.** Concéntrese primero en lo que su hijo está tratando de decir. Claro, es de ayuda notar los errores de vez en cuando. Pero si su hijo piensa que usted sólo notará lo que está incorrecto, él no se sentirá cómodo en compartir su escritura con usted.
- 5. Anime a su hijo** a que revise y vuelva a escribir. Los expertos a menudo dicen, "No hay tal cosa como un sólo buen borrador sino *sucesivos* buenos borradores." Pero deje que su hijo lo haga por sí mismo. No vuelva a escribir el ensayo para él.

Ayude a su niño a recordar datos

Para algunos chicos, memorizar datos es fácil. Pero hay otros que necesitan un poquito de ayuda con esto. Estas técnicas tal vez sirvan de ayuda:

Use la mnemotecnia

La *mnemotecnia* ayuda a memorizar. Si usted recuerda, "Treinta días tiene septiembre," eso es un mnemotécnico. Otro mnemotécnico es la palabra en inglés HOMES (casas) cuyas letras representan la primera letra de cada uno de los nombres de los Grandes Lagos de EE.UU. (Hurón, Ontario, Michigan, Erie, y Superior).

Cuando su hijo quiera memorizar una lista, pídale que escriba las palabras en una columna vertical en el lado izquierdo de su papel. Luego use la primera letra de cada palabra para escribir una palabra, frase, u oración que conecte todas estas palabras.



Si su hijo tiene que aprender los planetas en el orden de acuerdo a la distancia que están del sol, tal vez quiera intentar esta frase: Mi Vieja Tía María Jamás Salió Una Noche (Mercurio, Venus, Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Uranio, Neptuno).



Pídale a su niño que le enseñe a usted

Un padre encontró una manera de ayudar a su hijo de 11 años a aprender los estados, las provincias y sus capitales. Ellos intercambiaron papeles—el padre asumió el papel de estudiante y su hijo, el papel de maestro.

Al principio, el padre sabía la mitad de las capitales y sus estados correctamente. Como resultado, su hijo pasó mucho tiempo buscando las respuestas correctas. Pero después de varios turnos, su hijo se dio cuenta de que no tenía que buscar la respuesta. Mientras se divertían, ambos él y su papá habían aprendido todas las capitales.

Haga un juego de concentración con tarjetas

Las tarjetas son una buena manera de memorizar una gran cantidad de datos. Sea que su hijo quiera aprender fechas, nombres, nuevas palabras o datos matemáticos, las fichas pueden ayudar. Pruebe este juego de concentración:

- **Escriba una palabra**, una fecha o un problema matemático en una tarjeta.
- **Escriba la definición** de una palabra, el evento de una fecha o la respuesta a un problema matemático en otra ficha.
- **Repita los pasos anteriores** para cada palabra, fecha o problema matemático que tenga que estudiar.
- **Combine las tarjetas** y colóquelas boca abajo sobre la mesa.
- **Túrnese con su hijo** escogiendo una ficha y buscando la pareja. Deje que su hijo decida si las dos fichas corresponden.
- **El jugador con más fichas** que correspondan correctamente es el ganador.



¡Finalmente, asegúrese que las tareas se entreguen a tiempo!

Una vez que termine de estudiar y las tareas estén completadas, muchos chicos aún necesitan recordar llevar las tareas a clase. Si su hijo a menudo pierde u olvida las tareas, pruebe esto:

- 1. Coloque la tarea** en una carpeta a medida que la complete.
- 2. Coloque la carpeta** en un cuaderno o una mochila.
- 3. Coloque la mochila** escolar cerca de la puerta antes de ir a dormir.



¿Tiene Más Preguntas Sobre las Tareas?

¿Aún tiene preguntas sobre las tareas? ¿Piensa que su hijo tiene demasiadas tareas? ¿Muy pocas? ¿Tiene más preguntas sobre cómo debería de ayudar a su hijo con las tareas? Haga una cita para hablar con el maestro de su hijo. Tal vez quiera hablar también con el director de la escuela o el consejero.

Usted, el maestro de su hijo, el director y los empleados de la escuela son todos parte del equipo que ayuda a su hijo aprender. Y su hijo aprenderá más cuando el equipo trabaja unido.

Con su apoyo, las tareas pueden ser un instrumento muy importante en la enseñanza. A pesar de que siempre debe dejar que su hijo haga sus propias tareas, ¡su ayuda en desarrollar buenos hábitos de estudio puede hacer una gran diferencia!



Desarrollando Destrezas de Estudio es uno de ocho títulos en la serie "Destrezas para el Éxito Escolar" publicado por The Parent Institute®, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.

Copyright © 2020 The Parent Institute®, a division of PaperClip Media, Inc.
www.parent-institute.com

Diseño gráfico e ilustraciones: Joe Mignella, Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Editora Responsable: Doris McLaughlin. Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Escritores: Kristen J. Amundson y Luann Fulbright. Redactora Principal: Erika Beasley.

Equipo de Redacción: Rebecca Miyares y Alison McLean. Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola. Gerente de Comercio: Cynthia Lees.

Gerente de Servicio al Cliente: Peggy Costello. Gerente de Distribución: Marc Sasseville.