

MUJER

Ayúdalos a estudiar en casa

15 marzo, 2012

El éxito de tus hijos no solo depende del colegio, sino también de fomentar buenos hábitos y métodos de estudio en el hogar.

Arleen Luque
arleen.luque@epasa.com



El inicio de las clases no es solamente un reto para los niños, sino también para los padres, porque implica tener más responsabilidad y dedicación a la hora de hacer tareas.

Para algunos es más difícil que para otros por sus obligaciones laborales, lo que repercute en falta de tiempo para ayudar a los pequeños de la manera que quisieran.

El primer desafío es entender que no todos los chicos son iguales y, por lo tanto, no tendrán las mismas habilidades para aprender. Existen diversos factores que influyen en ellos, por ejemplo, “un error muy frecuente que suelen cometer los padres es comparar a los hijos, esto puede generar una actitud negativa en ellos para el estudio”, explicó la especialista en niños y familia, María Ester Fuentes.

También es suma importancia revisar las condiciones que rodean al estudio y los hábitos familiares del menor.

Del total de alumnos a nivel nacional, el 10% reprueba. Los motivos son diversos, y uno de los más frecuentes es la falta de costumbre para estudiar. Encuestas y estudios han comprobado que a los chicos, durante los primeros años de edad, hay que enseñarles a utilizar herramientas que sirvan de apoyo en el aprendizaje. Por tal motivo, los padres deben recurrir a estrategias de motivación que se enmarquen en el contenido de los cursos, para que puedan realizar sus tareas con agrado y satisfacción.

Para garantizar que el niño cuente con buena disposición psíquica y física, es aconsejable crearle un ambiente que le permita concentrarse cien por ciento y evitar distracciones.

Otro aspecto importante es armar un plan de estudio en conjunto con el pequeño, y así establecer una rutina, esto hará que tenga claro cuál es el momento para estudiar y que lo aproveche cabalmente. También hay que asegurarse de que la actividad familiar y del hogar se complementen, favoreciendo el desarrollo de la rutina, de esa manera se logrará que el niño adquiera el significado de compromiso.

Todo esto se complementa con ciertas técnicas que ayudan al desarrollo intelectual y favorecen el aprendizaje. Está demostrado que en las primeras etapas de la vida, la sensibilidad para aprender es mayor. Por ello, los chicos tienen la agilidad de aprender comportamientos y conocimientos con mayor rapidez. Los especialistas aconsejan que a tempranas edades hay que enseñarles habilidades perceptuales, motrices y de memoria, que solo se asimilarán adecuadamente si se les proporciona un lugar apropiado para que puedan desarrollarse positivamente. Es por este motivo, que los niños que han sido abandonados muestran retardos en su desarrollo cognitivo.

Por otro lado, en la etapa de adolescencia, el desarrollo del aprendizaje es diferente, sobre todo, en las zonas donde se llevan a cabo los procesos de aprendizaje más complejos. Además, a lo largo de esta etapa hay un aumento de la mielinización, que es un proceso que permite tener una mayor velocidad en la comunicación de la información. Durante la pubertad se comienza a desarrollar un pensamiento formal más abstracto, habiendo mayor progreso esos años.

Cuando los niños están más pequeños, además de saber que hay una diferenciación entre las etapas de la vida, hay para crearles hábitos de estudio. También es importante saber las formas que existen para estimular las características y habilidades innatas que tiene cada escolar. Mecanismos que estimulen la curiosidad e imitación natural para descubrir cosas nuevas, para resolver problemas, y tomar decisiones a partir de las experiencias cotidianas. Esto favorecerá el desarrollo de la comprensión y permitirá el establecimiento de conductas y habilidades útiles para el resto de su vida.

Por otra parte, a medida que los niños empiezan a adquirir experiencia en el estudio, se les pueden sugerir algunas estrategias para que experimenten con ellas, y así vayan descubriendo por sí mismos con qué método y horario de estudio les va mejor.



Hay diversos métodos de aprendizaje, entre los más recomendables están: la prelectura y la lectura comprensiva, esta última permite saber de qué trata el tema brevemente, para luego meterse en profundidad a estudiarlo; luego se subraya, se hace un resumen y posteriormente esquemas, esto permitirá sacar los conceptos más importantes. Por último, está enseñarles a memorizar. En este punto se recomienda no solo aprenderse los temas de memoria, sino entenderlos, ya que está demostrado que la memoria solo retiene a corto plazo.

Con el desarrollo de nuevas tecnologías, han surgido nuevos métodos de estudio que pueden llegar a ser más atractivos. La mayoría, a través de la Web o aplicaciones para tabletas y smartphones. Existen materiales educativos multimedia que combinan texto, imágenes y videos, todos estos recursos que requieren de una menor inversión física.

Cualquiera sea el método que escoja para sus hijos, asegúrese de estar presente durante su implementación.

Diferencia entre hábito y método

En el campo de la educación existe una pequeña distinción entre el método y el hábito de estudio. El primero, son las estrategias o técnicas de aprendizaje que ayudan al chico a estudiar correctamente, por ejemplo: enseñarle a leer, brindarle herramientas para retener, memorizar y sintetizar contenido. El segundo, se refiere a conductas de estudio repetitivas que se realizan en clase y en casa, y es precisamente la repetición de una rutina, lo que hará que el escolar adquiera la práctica de estudio en la casa.

Consejos para crear hábitos de estudio

- **Motivación:** Cada vez que está próximo a terminar su tarea o se aprende la lección, hay que reconocer su esfuerzo, ya sea diciéndole que pronto podrá jugar o hacer una pausa para descansar.
- **Pequeños descansos:** Hacer recesos de 15 minutos (no más de eso) para que vaya al baño, ingiera algo bebidas o comida. Esto le permitirá al niño despejar la mente y ser más tolerante al estudio.
- **Ambientación:** Propicie un lugar tranquilo y silencioso, con buena luz (blanca preferiblemente), un escritorio o mesa donde pueda apoyar todos sus materiales. Trate de que no sea un sofá o una cama, pues pueden quedarse dormidos.
- **Horarios:** Hable con sus hijos y acuerde el horario en el que prefieren estudiar. Algunos se concentran mejor de noche y otros, por el contrario, durante el día.
- **Distracciones:** El tiempo que hayan acordado debe ser respetado, por lo cual procure que no haya nada que lo distraiga, ni familiares, televisión, computadora o videos.