



HÁBITO DE ESTUDIO.

Estudiar a ser posible siempre en el mismo lugar y aproximadamente a la misma hora.

Recomendaciones del lugar de estudio:

- Espacio tranquilo (sin estímulos que le puedan distraer: juguetes, televisión, ruidos que entran por la ventana, gente charlando...).
- Adecuada iluminación, ventilación y temperatura.
- Mesa amplia para dejar sus cosas y silla cómoda con respaldo (el sofá no es un buen lugar).
- Disponer únicamente de los materiales que necesite para la tarea.

Recomendación: leer los materiales de la página web del colegio referentes a hábitos y técnicas de estudio (pestaña “orientación educativa”):

- Papel de los padres y madres en el estudio.
- Unidades didácticas para el alumnado (están diseñadas para 5º de Primaria, pero pueden servir de referencia; se irán subiendo a la página durante el curso – recomendando especialmente las unidades 2, 3 y 4).

MOTIVACIÓN.

- a) Ajustar el nivel de exigencia a las posibilidades del niño, lo que significa no trabajar por encima de lo que es capaz, pero tampoco por debajo, ya que el primer caso podemos generar frustración y en el segundo acomodación y bajo esfuerzo. Hay que establecer siempre metas concretas y realistas.
- b) Interesarse por el trabajo escolar, por lo que va aprendiendo, por sus dificultades, por las tareas del día siguiente...
- c) Reforzar los avances, implicación y esfuerzo, aunque el resultado no sea perfecto.
- d) Enseñarle a no desanimarse ante los fracasos. En vez de ello conviene buscar soluciones y alentar el esfuerzo por superar las dificultades.
- e) Sistema de puntos (en casa), vinculado al trabajo escolar.
 - Establecer un sistema de registro.
 - Puntos (cualquier forma; en el ejemplo utilizamos tarjetas por el símil futbolístico):
 - Tarjeta verde: ha terminado los deberes. En principio valoramos es esfuerzo antes que la corrección, excepto si la ejecución errónea es consecuencia de una falta de implicación.
 - Tarjeta amarilla: ha hecho parte de los deberes. Puede servir inicialmente para conseguir una aproximación a la conducta deseada; posteriormente podemos eliminar este punto y trabajar únicamente con los extremos (verde-rojo).
 - Rojo: no ha hecho los deberes.
 - Tabla de registro semanal (ver ejemplo en página siguiente).

- Establecer un sistema de recompensas.

- Se recomienda utilizar únicamente recompensas (premios los esfuerzos y logros). La consecuencia negativa será únicamente la no obtención del premio.
- Elegir premios que sean motivantes para el niño (se puede hacer un listado conjuntamente con él) y que sean lo suficientemente potentes como para incrementar la probabilidad de aparición y mantenimiento de la conducta positiva. Tener en cuenta que los refuerzos materiales no son siempre los más adecuados ni los más deseados (una actividad familiar o un tiempo de dedicación exclusiva pueden ser más tanto o más deseables).
- Debe conocer en todo momento las consecuencias y que éstas están asociadas a sus propios actos.
- Actuar con consistencia y coherencia, según las decisiones que hayamos tomado. Evitar la improvisación o los comportamientos arbitrarios (llevar el seguimiento unos días sí y otros no, conceder el premio aunque no haya cumplido los compromisos acordados, o lo contrario...).
- Posibilidad de utilizar un **contrato de conducta** para favorecer la implicación del propio niño.
- Registro y aplicación de consecuencias a diario.
 - Tarjeta verde: obtiene la recompensa acordada. Elogiar el esfuerzo.
 - Tarjeta amarilla: supone un toque de atención (amonestación), pero no se le quita la recompensa. La segunda amarilla de la semana sí equivaldrá directamente a una roja. Esto no quita que dejemos de elogiar el esfuerzo realizado por completar parte de las tareas, pero animándole a que la próxima vez pueda completarlas todas. Se le pide que diga por qué no ha podido completar las tareas.
 - Roja: Se le pide que diga por qué no ha realizado las tareas. Se le hace saber que no estamos nada contentos con esa actitud. Lógicamente, no obtiene el premio.
- Además, el fin de semana (o el periodo temporal que los padres estimen oportuno) puede conseguir un premio extra si ha tenido X tarjetas verdes durante la semana (se puede comenzar con 3 verdes).

Ejemplo de tabla de registro:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Fin semana
¿Ha hecho las tareas?	<i>En parte.</i>	<i>Sí.</i>	<i>No.</i>	<i>En parte.</i>	<i>Sí.</i>
Valor de la tarjeta					
Consecuencia	<i>1º toque de atención.</i>	<i>Obtiene el premio acordado.</i>	<i>No obtiene el premio acordado.</i>	<i>2º toque: no obtiene el premio.</i>	<i>Obtiene el premio acordado.</i>

f) Acumulación de tareas para casa.

- No trabajar en clase en las tareas pactadas (siempre dentro de sus posibilidades) no conllevará penalización alguna, pero sí la acumulación de tareas para casa.
- La acumulación de tareas para casa supondrá:
 - Menor tiempo de dedicación a otras actividades de ocio.
 - Mayor dificultad para terminarlas, y por lo tanto para conseguir los premios pactados.

- Se le recordarán estas desventajas.
- En clase se le proporcionarán las ayudas necesarias para que pueda completar con éxito las tareas, pero fomentando al mismo tiempo su autonomía.

PLANIFICACIÓN.

- Elaborar un **horario semanal** en el que se incluyan las distintas actividades extraescolares, dejando tiempo para el estudio y para el ocio. Programar también actividades conjuntas de los padres con el niño.
- Realizar una planificación diaria del estudio, siguiendo la siguiente pauta:
 - Tareas de dificultad media.
 - Descanso breve.
 - Tareas de mayor dificultad.
 - Descanso breve.
 - Tareas más fáciles.
- Fijar un tiempo máximo de estudio, pasado el cual se considerará la tarea como inacabada.

Ejemplo de planificación diaria:

	Área	Tareas
1º	<i>Conocimiento del Medio</i>	<i>Ejercicios 5 y 6 (pág. 23)</i>
2º	<i>Lengua Castellana</i>	<i>Ficha de comprensión lectora.</i>
3º	<i>Matemáticas</i>	<i>Ficha de geometría.</i>

SUPERVISIÓN.

En el colegio:

- Asegurar de que anota en agenda las tareas para casa.

En casa:

- Supervisión diaria de la agenda.
- Control del trabajo.
- Preparar los materiales para el día siguiente, teniendo en cuenta el horario.

En ausencia de los padres, se delegarán estas tareas a las personas que estén a cargo del niño. Es fundamental ser consistentes en la aplicación.

CONTRATO DE CONDUCTA

Yo,, mediante este contrato me comprometo a lo siguiente:.....

.....
.....
.....
.....

Estos compromisos los evaluaré con mis padres diariamente.

Si me esfuerzo y realizo todas las tareas, obtendré una tarjeta verde, por lo que conseguiré.....

.....

Si no realizo las tareas, obtendré una tarjeta roja, lo que significa que.....

.....

.....

Además, si hasta el día consigo tarjetas verdes, disfrutaré de

.....

.....

Este contrato tiene vigencia hasta el día

En, a..... de de

Firmas (padres y niño):

PLANIFICACIÓN SEMANAL

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7.00-7.30							
7.30-8.00							
8.00-8.30							
8.30-9.00							
9.00-9.30							
9.30-10.00							
10.00-10.30							
10.30-11.00							
11.00-11.30							
11.30-12.00							
12.00-12.30							
12.30-13.00							
13.00-13.30							
13.30-14.00							
14.00-14.30							
14.30-15.00							
15.00-15.30							
15.30-16.00							
16.00-16.30							
16.30-17.00							
17.00-17.30							
17.30-18.00							
18.00-18.30							
18.30-19.00							
19.00-19.30							
19.30-20.00							
20.00-20.30							
20.30-21.00							
21.00-21.30							
21.30-22.00							
22.00-22.30							
22.30-23.00							
23.00-23.30							
23.30-24.00							