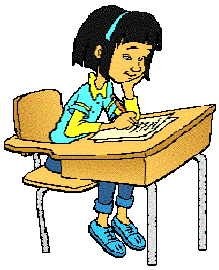
COLEGIO PARTICULAR DE LOS SAGRADOS CORAZONES

CÓMO CREAR HÁBITOS DE ESTUDIO

Cuando los niños comienzan con la educación en la escuela, es el momento propicio para la instauración de los hábitos de estudio. Uno de los aprendizajes más importantes es el aprender a estudiar.

RECOMENDACIONES:



- El lugar de estudio puede ser su propia habitación o una pieza en la casa especialmente para el estudio.
- En el lugar de estudio se deben considerar algunos elementos básicos necesarios: una mesa o escritorio de tamaño acorde al porte de la niña, una silla y estantes para que guarde sus libros y cuadernos.
- Lo importante es que este lugar sea siempre el mismo, de manera que el estudiante se acostumbre a este espacio y no existan nuevos distractores, cada vez que va a estudiar o a hacer tareas.
- El estudio o las tareas se deberían realizar todos los días, aproximadamente a la misma hora y respetando siempre el mismo lugar, para establecer una rutina. De esta forma, la niña asociará el horario y el lugar con el hecho de estudiar o hacer tareas.
- Si no existen obligaciones escolares, puede sentarse a la hora acordada en el mismo lugar para ordenar los cuadernos.
- Cuidar que adopte la postura correcta al sentarse.
- El lugar debe ser en lo posible silencioso, lejos de la televisión, radio, teléfono y otros ruidos.
- Evite distracciones de amigos, hermanos u otras personas.
- El lugar debería tener una ventilación adecuada e iluminación natural. Lo ideal es que provenga desde el lado posterior izquierdo de la mesa o escritorio.
- Antes de sentarse a estudiar, la niña debe preparar todos los materiales que va a necesitar, como libros, lápices y borrador, para no perder tiempo buscándolos cada vez que los necesita y evitar distracciones innecesarias.

- Es necesario que la niña se distraiga o descanse un periodo corto de 20 a 30 minutos después de almorzar. En lo posible, que no salga a jugar con los amigos o vea televisión, porque es difícil interrumpirlos para iniciar el estudio. Es preferible que se cambien de ropa o prepare sus materiales antes de iniciar sus actividades escolares.
- Es aconsejable que los periodos de estudio personal no sobrepasen lo que dura un periodo normal de clases, es decir, 45 a 90 minutos. Si la niña se siente cansada, es mejor que interrumpa las tareas, descanse 15 a 20 minutos y después reinicie.
- Los padres deben apoyar a la niña en sus trabajos y estudio. Esto no implica realizar las actividades con ella ni por ella, sino responder sus dudas, ayudarla a recopilar material o indicarle dónde debe buscarlo. Además, ayudarle a organizar su trabajo, escuchar comentarios acerca de su lectura o estudio y preguntar acerca de ella.
- Las tareas o el estudio deben realizarse sin interrupciones. Es importante ser consecuentes: si se valora el estudio, no se debe postergar ni interrumpir esta actividad por otra.
- Lo ideal es que la niña y los padres tengan claro que el proceso se ha terminado cuando se han guardado los materiales en la mochila, preparándolos para el día siguiente. En ese momento, y no antes, podrá ir a jugar o realizar alguna actividad que sea de su agrado.
- En niñas mayores de ocho años, se debe establecer un horario en conjunto con la niña, para involucrarla y responsabilizarla.
- No asociar estudio con premios o castigos. Es importante generar la motivación por aprender más.

Ps. Jenny Peña Rodríguez