

AYUDANDO A MI HIJO A ESTUDIAR Y APRENDER

DOCUMENTO ELABORADO POR:
SANDRA ROSA BURGOS.
ORIENTADORA DEL CEIP VILLANUEVA DE PERALES



NUESTRO PROYECTO DE CENTRO

Surge de la inquietud del profesorado por desarrollar en el alumnado la competencia básica de “enseñar a aprender”

Se desarrolla en tres fases:

1ª Asesoramiento técnico por parte del EOEP.

2ª Análisis y reflexión del profesorado e incorporación al currículo.

3ª Charla y orientaciones a las familias.

¿Qué es el estudio?

Es un proceso consciente que requiere tiempo y esfuerzo.

Requiere la participación activa del sujeto.

Implica atender a un contenido, es decir, seleccionar algo con el fin de procesarlo.

Requiere comprensión y memoria



¿Qué podemos hacer como padres?

Ayudar, apoyar,
supervisar...



LO QUE DEBEREMOS

CONDICIONES QUE FAVORECEN EL ESTUDIO

- CONDICIONES FÍSICAS: Comenzar sin necesidad de cubrir necesidades fisiológicas(sin hambre, sueño, ganas de ir al baño...)
- CONDICIONES AMBIENTALES: siempre el mismo lugar, individual, ordenado, sin distracciones, luminoso... agradable.
- CONDICIÓN FUNDAMENTAL :



HABER ADQUIRIDO UN BUEN HÁBITO DE ESTUDIO

¿CÓMO SE GENERA EL HÁBITO DE ESTUDIO?

HÁBITO : comportamiento adquirido que se ha interiorizado a través de la RUTINA.

Estudiar todos los días a la hora establecida, en el mismo lugar y el tiempo acordado crea hábito.

IMPORTANTE: ELABORAR UN HORARIO DE TARDE... Y CUMPLIRLO



ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA ELABORACIÓN DEL HORARIO DE TARDE

- Se señalan las diferentes actividades que hay marcando el principio y fin.
- El tiempo de estudio tiene que estar claramente delimitado. Cuando se termina , concluye el estudio. Les enseña a aprovechar el tiempo.
- Se delimita también el tiempo de las actividades extraescolares y el tiempo libre.

Ejemplo:

HORARIO DE TARDE

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
De 4 a 5	Tiempo de Estudio	Fútbol	Tiempo de Estudio	Fútbol	Inglés
De 5 a 5:30	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda
De 5:30 a 6:30	Tiempo de Estudio	Tiempo de Estudio	Tiempo de Estudio	Tiempo de Estudio	Tiempo de Estudio
De 6:30 a 7:00	Tiempo libre	Tiempo de Estudio	Tiempo libre	Tiempo de Estudio	Tiempo libre
De 7:00–8:00	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre
De 8:00 a 9:00	Ducha y Cena	Ducha y Cena	Ducha y Cena	Ducha y Cena	Ducha y Cena
De 9:00 a 9:15	Preparo mochila– y me meto en cama	Jugar a la Consola			
9:15–9:30	Leer Dormir	Leer Dormir	Leer Dormir	Leer Dormir	Leer Dormir

UNA SESIÓN DE ESTUDIO



- Ponerse a la hora ¡cúmplolo!
- Planificar:
 - Mirar la agenda
 - Organizar las tareas de la tarde
- Realizo las tareas
- Reviso



¡BRAVO, LO HE CONSEGUIDO!



Ejemplo: Organización de las tareas diarias

HORA	TAREA
DE 5:30 A 6:45	<input type="checkbox"/> Ejercicio3 mates <input type="checkbox"/> Problemas pg.5
DE 6:45 A 7:00	<input type="checkbox"/> Leer y subrayar preguntas 1 y 2 de Cono <input type="checkbox"/> Hacer esquema
DE..... A.....	
DE..... A.....	

PARA APROVECHAR EL ESTUDIO ES NECESARIO:

1. Crear las condiciones ambientales adecuadas.
2. Tener un plan de trabajo y seguirlo.
3. Utilizar un adecuado método de estudio



MÉTODO DE ESTUDIO:

¿CÓMO SE DEBE ESTUDIAR?

1º Leer y comprender

- **Prelectura** del tema : tratar de descubrir los apartados y subapartados.
- **Lectura comprensiva**: leer y tratar de comprender lo que pone

2º Subrayar

3º Esquema

4º Memorizar

5º Repasar



TÉCNICAS DE ESTUDIO



Técnicas de estudio

Son herramientas que nos permiten hacer el trabajo de forma eficaz.

Son fundamentales para adquirir un buen hábito. Facilitan que no haya olvido y con este fracaso escolar. El estudio es más eficaz costando menos esfuerzo y tiempo.



1ª Fase del estudio:

Leer y comprender

- **Prelectura**
- **Lectura comprensiva**

Apartados y subapartados
....

De qué va el tema....

Que sabemos
...

ALGUNAS TÉCNICAS DE ESTUDIO



EL SUBRAYADO

¿PORQUÉ?

Esta técnica sirve para:

- ✓ Estar atento mientras se lee.
- ✓ Ahorrar esfuerzo después, a la hora de repasar y hacer esquemas.
- ✓ Diferenciar la ideas principales de las secundarias mediante diferentes colores o tipos de línea.
- ✓ Entender la estructura lógica del texto.



EL SUBRAYADO

¿QUÉ Y COMO?

- ✓ Mantener el equilibrio. Si subrayas poco, perderás información.
Si subrayas casi todo, no sirve de nada.
- ✓ Se deben subrayar las ideas principales, las palabras técnicas y los datos importantes.
- ✓ Se subrayan nombres y verbos. A veces adjetivos y adverbios.
No se suelen subrayar artículos, preposiciones, conjunciones...

LOS ESQUEMAS

¿POR QUÉ?

- ✓ Promueve el estudio activo: mejora la atención y concentración las ideas, sintetizar, clasificar, ordenar y escribir.
- ✓ Mejora la comprensión lo que facilita la asimilación, retención y recuerdo.
- ✓ Aprovecha nuestra memoria visual.
- ✓ Hace más rápidos y fáciles los repasos.

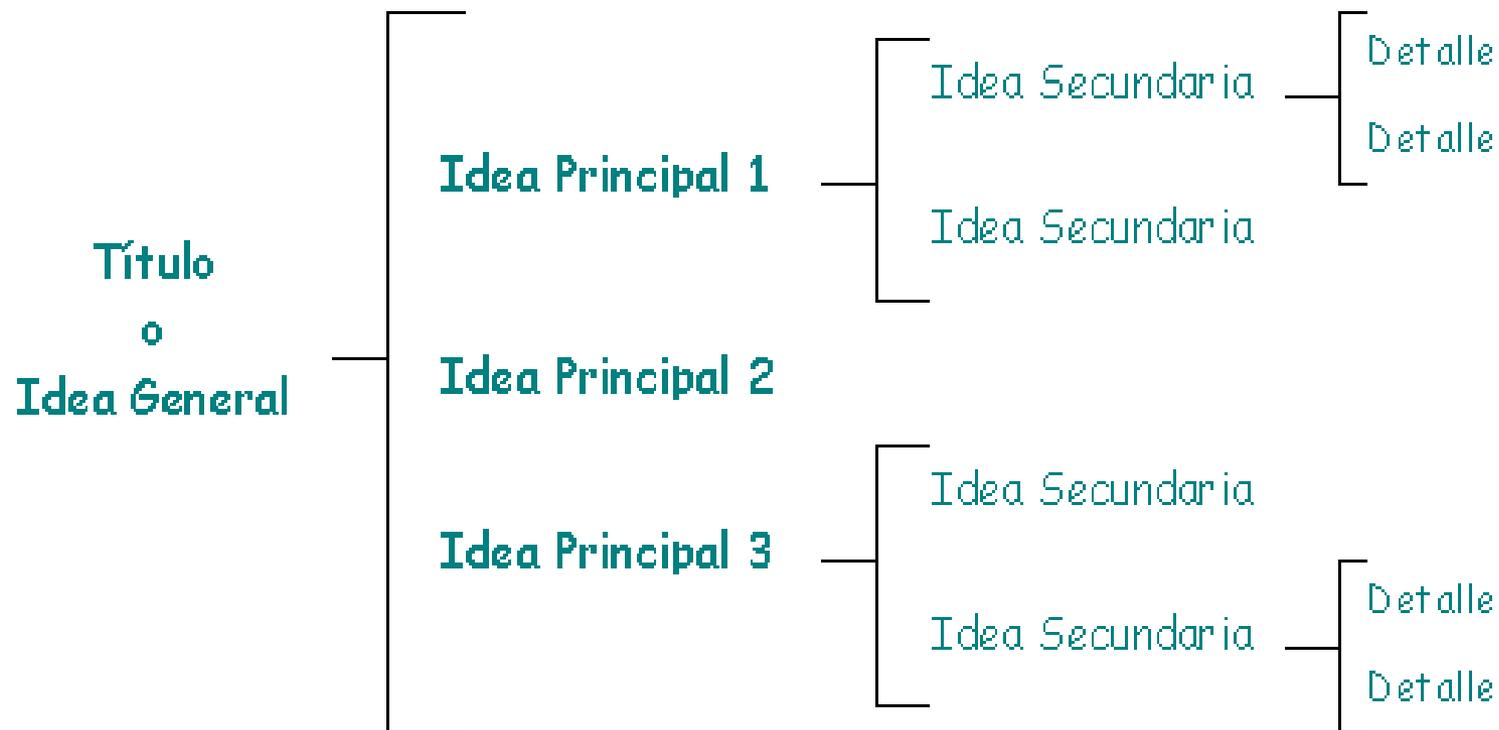
¿CÓMO ELABORAR UN ESQUEMA?

- ✓ Se debe preparar antes de empezar el material: folios, regla, lápices de colores, rotuladores, etc.
- ✓ Confeccionarlo en hojas tamaño folio para evitar que quede comprimido y sea más visual. Generalmente es mejor poner la hoja horizontal.
- ✓ Debe incluir TODA la información relevante con la menor cantidad de palabras posible.

¿CÓMO ELABORAR UN ESQUEMA?

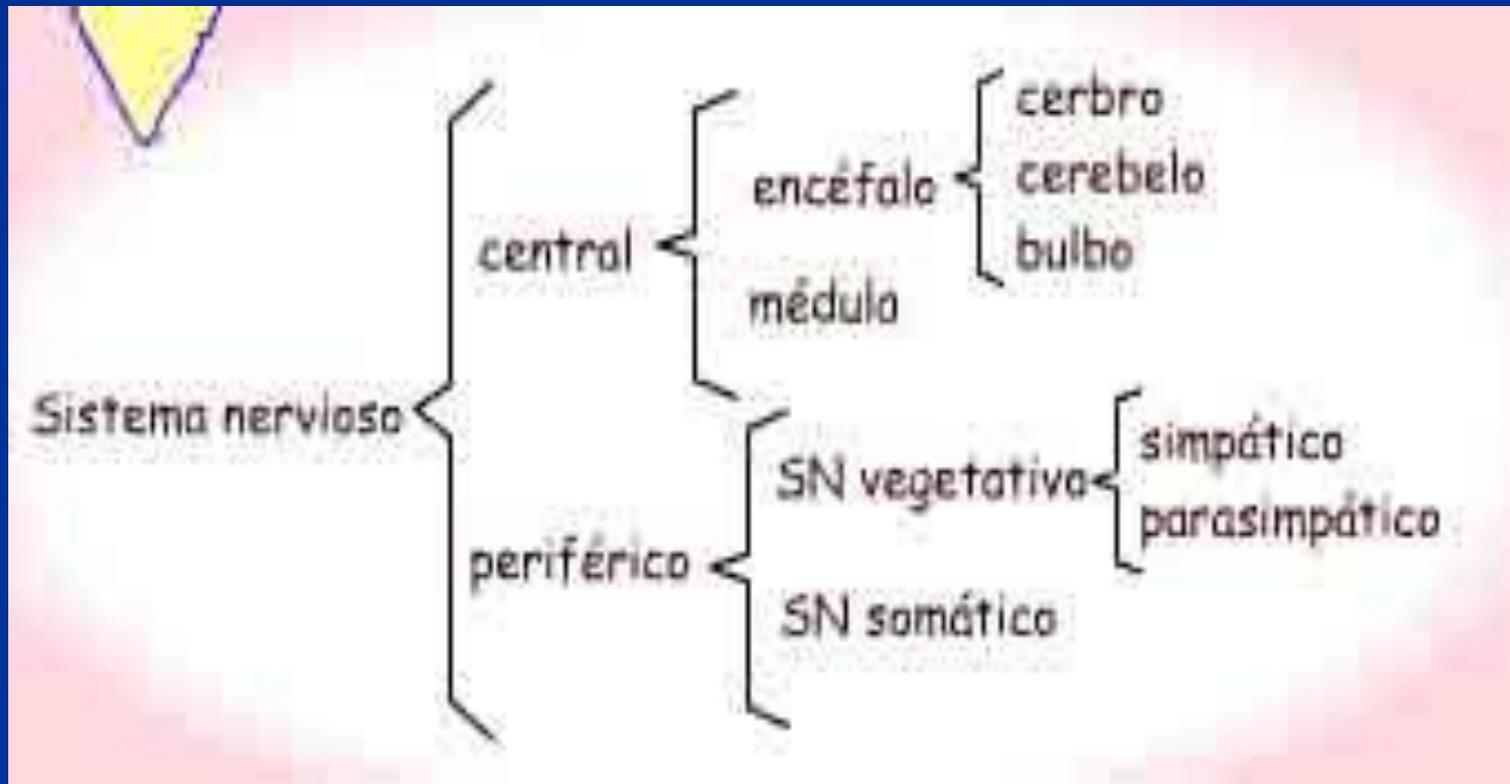
- ✓ Los epígrafes, títulos y subtítulos del texto son la referencia para organizar las ideas.
- ✓ Se empieza por la idea general para seguir un orden lógico se van añadiendo las ideas principales, después secundarias y por último detalles.
- ✓ Es un trabajo propio. Los esquemas que incorporan los libros de texto son útiles como elemento de comparación. Los beneficios del esquema derivan de la actividad mental que implica su construcción y personalización.

GUÍA DE UN ESQUEMA:



TIPOS DE ESQUEMAS:

- ✓ **De llaves:** Es el que se recomienda si hay muchos apartados



- ✓ **De rayas:** Se recomienda si hay pocos apartados



Mapa conceptual

Sirve para

Representar gráficamente el contenido de un texto

Por medio de

Selección de conceptos

Elementos de enlace

Se caracteriza por

Su estructura

Debe ser

Jerárquica

Su presentación

Siempre dentro de

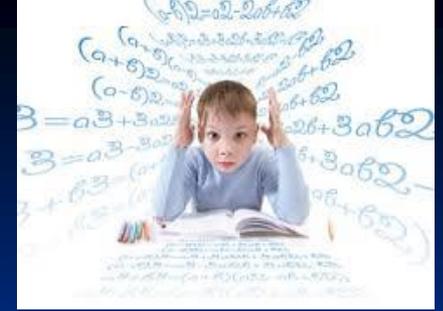
Figuras geométricas

ÚLTIMA FASE DEL ESTUDIO:

MEMORIZACIÓN Y REPASOS



LA MEMORIA



- ✓ Es una función cognitiva superior que se encarga de organizar la información recibida para su posterior recuerdo.

TIPOS DE MEMORIA:

- Memoria sensorial: Es la información que se recibe a través de los sentidos. Normalmente es inconsciente
- Memoria a corto plazo o de trabajo: Es la memoria que nos permite retener la información de manera consciente durante un breve periodo de tiempo.
- Memoria a largo plazo: Es donde almacenamos la información consolidada de los anteriores tipos consciente e inconsciente. Tiene capacidad ilimitada.

La memoria y el estudio

- ✓ **Lo importante para el estudio es que los datos almacenados en la memoria a corto plazo pasen a la memoria a largo plazo.**
- ✓ **El que la información pase de memoria a corto plazo a la memoria largo plazo depende fundamentalmente de si la aprendemos de una forma significativa (con comprensión) o mecánica (sin entender).**
 - **Significativa: relacionándose con los conocimientos previos.**
 - **Mecánica: sin conexión con lo que ya conocemos.**



La memoria y el estudio

La memorización:

- ⇒ Es la última etapa del estudio.
- ⇒ Antes de memorizar es necesario tener hechos los esquemas y resueltas las dudas.
- ⇒ Subrayar y colorear los esquemas cuando se estudian, favorece la memoria visual.
- ⇒ Se deben planificar los tiempos de ESTUDIO Y REPASO.

“La memoria funciona como un gran archivador. Ubicar la información en el lugar correspondiente implica trabajar sobre la información para establecer conexiones”

¿ Como memorizar ?

ALGUNOS CONSEJOS :



- La memoria es como la musculatura: Cuanto más practicas, más se desarrolla.
- Se memoriza mucho mejor si se comprende. Es más, si no comprendes, te servirá de poco memorizar.
- Visualizar el significado de la palabra a recordar, ayuda bastante.
- La asociación suele ser útil. Trata de asociar lo que quieres recordar con algo fácil de recordar.

¿ Como memorizar ? **ALGUNOS CONSEJOS :**



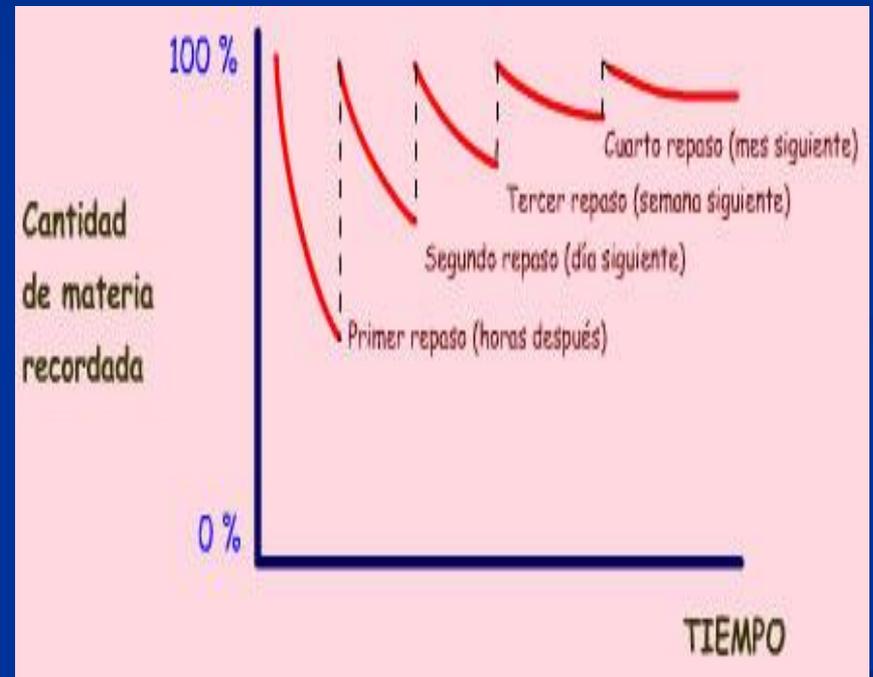
- Para memorizar se debe leer y comprender el esquema y, a continuación, reproducirlo con el esquema tapado. Se repite esta operación hasta que se tenga adquirido.
- La repetición es la forma más fácil de memorizar.
- Se pueden ir memorizando apartados, pero al acabar se debe intentar reproducirlo al completo para no perder la visión de conjunto.
- Es importante planificar con tiempo los REPASOS antes de un examen.

CURVA DEL OLVIDO

CURVA DE OLVIDO SIN REPASOS



CURVA DE OLVIDO CON REPASOS PERIODICOS



Y en nuestro centro...

	1º E.P.	2º E.P.
DEBERES	Todos días 1 tarea + deberes no terminados	Normalmente lo que no terminan. Ocasionalmente algo que reforzar. Más tareas fines semana y vacaciones En pizarra. Ficha de lectura cada 3 semanas.
TIEMPO	ORIENTATIVO:Máximo 30mn.	ORIENTATIVO:Máximo 1 h.
AGENDA	Uso diario. Supervisión ocasional.	Uso diario. Supervisión ocasional.
EXÁMENES	Quincenalmente. Avisan 1 semana antes.	Quincenalmente. Avisan 1 semana antes.
RECOMENDACIONES DEL PROFESORADO	Leer 10 mn al día, en voz alta	Leer 10 mn al día, en voz alta

Y en nuestro centro...

	3º E.P.	4º E.P.
DEBERES	<p>Dos días/semana de Naturales y C^a Sociales.</p> <p>Sistema de puntos para leer libros obligatorios (mínimo 12 curso)</p>	<p>Tareas de matemáticas: Máximo 3 ejercicios al día.</p> <p>Uso de autoinstrucciones para resolución de Problemas.</p> <p>Lengua: deberes diarios</p> <p>Conocimiento: estudiar a diario.</p> <p>Sistema de puntos para leer libros obligatorios (mínimo 12 curso)</p>
TIEMPO	ORIENTATIVO Máximo 1 ½ h.	ORIENTATIVO:Área de Matemáticas: ½ hora diaria. Máximo 1 ½ h.
AGENDA	<p>Uso diario de la agenda.</p> <p>Notas de los exámenes. Devolución firmada.</p>	<p>Uso diario de la agenda.</p> <p>Notas de los exámenes y notas a los padres.</p> <p>Devolución firmada.</p>
EXÁMENES	Cada 20 o 25 días.	<p>Quincenalmente o cada 20 días.</p> <p>Conocimiento: pregunta todos los días+ notas exámenes que se hacen quincenalmente.</p>
RECOMENDACIONES DEL PROFESORADO	<p>Dedicar tiempo diario a la lectura.</p> <p>Estudiar diariamente.</p>	<p>Profesor de matemáticas: repaso de actividades en Aula Virtual.</p>

Y en nuestro centro...

	5° E.P.	6° E.P.
DEBERES	Llevar deberes diarios de Lengua, Matemáticas, C° Sociales y Naturales e Inglés (Portfolio 1 semana)	Área de Lengua: deberes diarios de diferente tipo. Tareas de matemáticas: Máximo 3 ejercicios al día. Conocimiento: estudiar diariamente lo que se ha dado ese día y terminar de copiar en el cuaderno.
TIEMPO	ORIENTATIVO:30 minutos para tareas + 30 mn para estudio. Máximo 1 ½ hora diaria.	ORIENTATIVO Matemáticas: ½ hora Lengua: ½ hora Conocimiento del Medio : ½ hora.
AGENDA	Uso diario de la agenda.	Uso diario de la agenda. Notas de los exámenes y notas a los padres. Devolución firmada.
EXÁMENES	Cada 20 días aproximadamente. Fijados ya los del 1er trimestre.	Cada 20 días aproximadamente. Se comienzan a hacer exámenes cada dos temas.
RECOMENDACIONES DEL PROFESORADO	½ hora de lectura comprensiva diaria.	Profesora de Lengua: Lectura diaria.

🕒 ■ ⚔️ ○ □ ⊡ ⚡️ ◆ ♣️ ■

♣️ ◆ □ ◆ □ 📖

💣 ◆ ♣️ ⚡️ 🌀 ◆ ♣️ □ 🌀 ♣️ ⚔️ 🌀 ◆

□ □ □ ✦ ◆ ♣️ ◆ ◆ □ 🌀

🌀 ◆ ♣️ ■ ♣️

