



# "Hábitos y Técnicas de Estudio"

Para mejorar la educación de los estudiantes es fundamental el compromiso y la participación activa de los padres, ya que la actitud y el modo en que se relacionan con sus hijos tendrá un gran efecto en el autoestima, la imagen personal y la autoconfianza que ellos desarrollen.

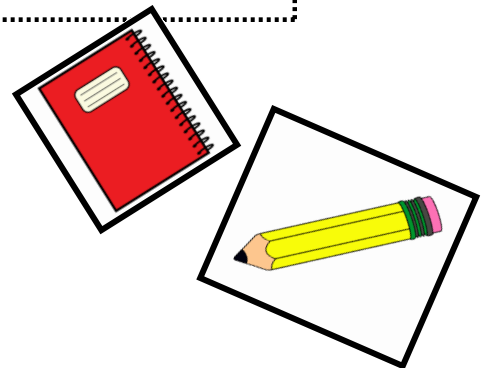


## ¿Qué son los hábitos de estudio?

Los hábitos de estudio se entienden como "La repetición del acto de estudiar realizado bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales. El hábito de estudio es el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender en los alumnos".

## ¿Qué son las técnicas de estudio?

Las técnicas de estudios son "Un conjunto de estrategias que permiten hacer un trabajo de manera más rápida y eficaz".



## ¿Cómo pueden ayudar los padres en el proceso de aprender?

- Mostrar interés y conversar con sus hijos con respecto a lo que aprenden en el colegio, preguntando cuales son sus dificultades para así poder apoyarlos y facilitar su aprendizaje.
- Enseñar con el ejemplo: los hijos aprenden de lo que ven. (Decir cosas y hacer otras los confunde y no favorece el aprendizaje).
- Enseñar que preguntar es importante y que equivocarse es parte indispensable del aprendizaje.
- Fomentar hábitos de estudio, con horas establecidas para estudiar y en un lugar que a ellos les sea cómodo, con buena luz y con materiales a mano. Además, eliminar todas las distracciones ambientales posibles durante su tiempo.
- Ayudar a descubrir cuál es la manera de estudiar y aprender que les resulta mejor y más cómoda.
- Preocuparse de que sus hijos descansen, se alimenten bien y tengan una actitud positiva frente al estudio
- No regañar, no borrar lo que escribió o arrancar hojas. (evitar acciones que provoquen disgusto hacia la tarea)
- Ayudarle con las tareas, pero sin hacerlas por él.
- Valore y felicite su esfuerzo con frases como “Yo sé que tú puedes” o “¿Viste que te resultó?”



### Algunas técnicas de estudio:



- Organización del tiempo (construcción de calendario de estudio, calendario de pruebas, entre otras.).
- Construcción de esquemas (incitar y acompañar al niño en la construcción de esquemas a la hora de estudiar, ayudándole a identificar los conceptos mas importantes).
- Estudiar gradualmente (a la hora de estudiar comenzar con la materia o con ejercicios con menor dificultad a mayor dificultad).
- Juegos de estudio (organizar o confeccionar juegos que impliquen aprendizaje, ya sea, armar un crucigrama, sopa de letras, competencias de preguntas y respuestas, imaginaria, asociaciones, entre otras).