

Buenos hábitos de estudio

por Dra. Megan DeWeese



En una escala del 1 al 5, ¿qué tan seguro está de ayudar a su hijo a estudiar?

- Escriba su respuesta en la caja de mensajes



1



2



3



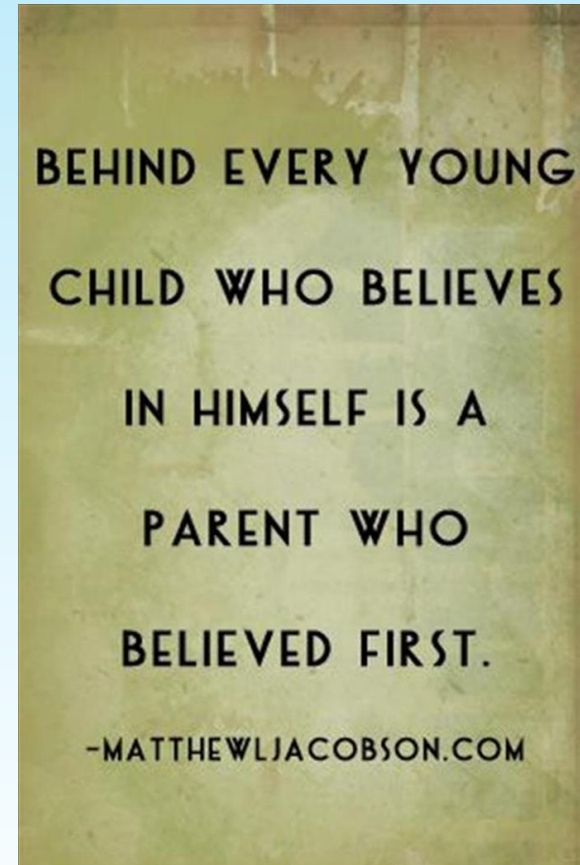
4



5

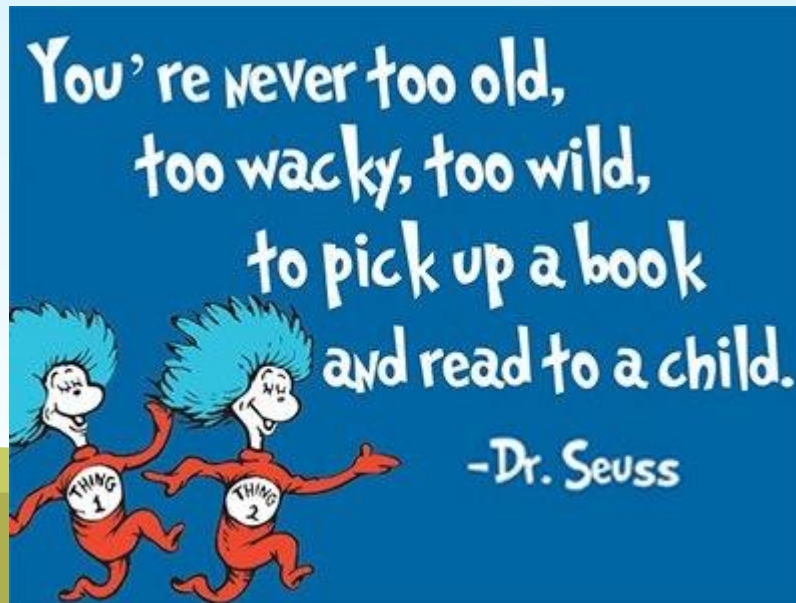
Los adultos son importantes en la educación de sus hijos porque...


- Establecen las bases de la actitud del niño hacia la escuela y en relación con ella
- Proporcionan apoyo, amor y estímulo para el éxito de sus hijos.
- Ayudan a su hijo a establecer hábitos de trabajo que contribuyan al éxito académico.
- Establecen y fijan expectativas para sus hijos que les ayudan a tener éxito.





Descubrir el amor por el aprendizaje



- Su hijo prioriza lo que usted prioriza.
 - equipos de fútbol o béisbol.
- Las actividades que realiza con su hijo le comunican sus valores
- Lea con su hijo **DIARIAMENTE** para demostrar que valora la alfabetización y el aprendizaje





3 maneras de ayudar a su hijo a tener éxito con los hábitos de estudio:



- Ser predecible.
 - Tener una rutina diaria con tiempo para las tareas y el estudio.
 - Sea consistente.
 - No se desvíe de la rutina a menos que sea necesario.
 - Tener expectativas adecuadas.
 - Asegúrese de que las expectativas para su hijo son apropiadas para su edad.
 - Modele lo que espera de su hijo.
- 
- 



Los niños NECESITAN que USTED establezca sus rutinas





- El cerebro de un niño madura a diario, pero las partes del cerebro utilizadas para la toma de decisiones y la planificación no están maduras hasta alrededor de los 23 años.
- Usted establece rutinas para su hijo desde que nace (comer, dormir la siesta, estar tranquilo, ir a la cama, etc.), así que ellos necesitan que usted les establezca rutinas a ellos.
- Las rutinas son predecibles y les permiten saber exactamente qué esperar y cómo será cada día.





Rutinas relacionadas con el aprendizaje y el estudio:



- Dormir
 - 8-10 horas de sueño por noche, establezca una hora para acostarse y para levantarse que satisfaga estas necesidades.
 - Comer
 - dieta equilibrada para tener capacidad de atención y energía.
 - Ejercitación.
 - Electrónicos.
 - limitar el tiempo que los niños ven la televisión y los dispositivos, etc.
 - Tareas y tiempo de estudio.
 - controlar los trabajos y el tiempo de estudio.
- 
- 
- 
- 

Rutina de estudio y tareas

- Ayude a su hijo a elegir un lugar de estudio.
 - Lugar:
 - Elija un lugar en el que pueda escribir con claridad y mantenerse alerta.
 - Estudiar en el mismo lugar todos los días.
 - Luz:
 - Utilizar una buena iluminación superior que no sea demasiado tenue, pero que no sea tan brillante como para tener que entrecerrar los ojos.
 - Sonido:
 - Encontrar un lugar tranquilo donde no los interrumpen otras personas, la radio o la televisión, las mascotas, los hermanos u otros ruidos.
 - Temperatura:
 - Encuentre un lugar cómodo donde no tenga demasiado calor ni demasiado frío.



Rutina de estudio y tareas

- Ayude a su hijo a organizar su lugar de estudio.
 - Trate de tener todos los materiales/suministros necesarios en esa área para que él/ella no tenga que caminar alrededor (podría distraerlos)
- Supervise a su hijo, PERO NO haga el trabajo por él/ella.
 - Incluso si su hijo no puede obtener la respuesta, envíe un mensaje al maestro, NO lo haga por ellos, esto les enseñará a desarrollar habilidades de independencia, tales como cómo seguir instrucciones, comenzar y completar una tarea, administrar el tiempo.
 - Ayudarle en la organización del tiempo de estudio.
 - Discutir los pasos necesarios para las tareas más largas.
- No se quede despierto hasta tarde con su hijo tratando de revisar minuciosamente trabajos en las noches cuando haya pruebas importantes.
- Dar exámenes de práctica.

Más consejos útiles para ayudar a su hijo a estudiar:

- Hable con su hijo sobre cómo tomar un examen.
 - Leer las instrucciones atentamente.
 - Mantener un registro del tiempo.
 - Hacer primero los fáciles.
 - No dedicar demasiado tiempo a una sola pregunta.
- Hablar sobre las tareas.
 - ¿Entienden lo que hay que hacer?
 - ¿Necesitan ayuda para entender la tarea?
 - ¿Tienen todo lo necesario para la tarea?
 - ¿La respuesta tiene sentido?
- Esté atento a la frustración, pero asegúrese de que no solo estén tratando de evitar hacer el trabajo.
- Dar críticas constructivas.
- ¡Elogien y alienten!!

101 Ways to Praise a Child

Wow · Way to go · You're special · Outstanding · Excellent · Great · Good · Neat · Well done · Remarkable · I knew you could do it · I'm proud of you · Super Star ★ · Nice work · Looking good · You're on top of it · You're catching on · Now you've got it ☀

How smart · Good job · That's incredible · Hot dog · Remarkable job · You're Beautiful · You're a winner · You make me happy · Hip, Hip Hooray · You're important · Magnificent · Beautiful · Fantastic · You're on target · You're on your way · How nice · You're Spectacular · You're Darling ♡ · Super · Super job · Beautiful work 🌱 · Good for you · Nothing can stop you now · Dynamite 🚀 · You're fantastic · Awesome · You're precious · Fantastic job · You've discovered the secret · Bingo · Great discovery · You are responsible · You are exciting · You are fun 🎉

You're a real trooper · Marvelous · Terrific · You're growing up · Outstanding performance · You tried hard · You figured it out · What a good listener · You're a treasure · You mean a lot to me · You're a good friend ♥ · That's correct · A big hug · What an imagination · You learned it right · You're incredible · Now you're flying · Bravo · Beautiful · I like you · I respect you · You're Sensational · Phenomenal · At job · Hooray for you · You're unique · You care · Creative job · You belong · You brighten my day · Super work · That's the best · You made my day · Say I love you! ♥ · Beautiful sharing · You mean the world to me · You're important · You've got a friend · You're a joy · You make me laugh · You're A-OK · my buddy · I trust you · You're perfect · You're wonderful · A big kiss · Exceptional performance · ps. Remember, a smile is worth 1000 words!

Herramientas útiles para el estudio

- Quizlet
- tarjetas de memoria a la antigua usanza
- pizarras blancas/marcadores de borrado en seco/plumas de tinta/papel.
- iReady
- DreamBox

How to stay
MOTIVATED
while studying

Change Pens 

Use Sticky Notes 

Take 15 mins Breaks 

Use Colourful Pens like Highlighters 

Study from Videos 

Chat with Friends about Studies 

Read instead of Writing; or Write instead of Reading 

Change Study Positions 

Make a Checklist & tick it off 

www.theprettyprecitygirl.com

Comunicarse con los maestros



- Cooperación
- Conocer las expectativas de los trabajos/tareas de los alumnos
- Pregunte si no entiende, a los maestros les encanta ayudar
- Pregunte al maestro cómo puede ayudar a su hijo en casa
- Utilice las aplicaciones y recursos de comunicación
- Bloomz, Remind 101, correos electrónicos, boletines informativos, agendas, etc.
- Utilice PowerSchool para revisar el progreso de su hijo

Su turno...

- ¿Qué usa en casa que tiene éxito?
- ¿De qué no hemos hablado y quiere saber más?



En una escala de 1 a 5, ¿cuál es su nivel de confianza para ayudar a su hijo a estudiar?

- Escriba su respuesta en la caja de mensajes



1



2



3



4



5