

PRIMARIA



familias



# PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

## Octubre

**Equipo de Orientación y Apoyo**

Julio Campanero Ortiz (Orientador Primaria) / Guadalupe de la Rosa Fernández (PTSC) / Arancha Hernández Murcia (Orientadora Infantil)

# TÉCNICAS DE ESTUDIO

C/ Zurbarán, 10 – 45224 – Seseña Nuevo (Toledo) – 91 137 01 50  
[45011951.cp@edu.jccm.es](mailto:45011951.cp@edu.jccm.es) – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalamancha.es>



# TÉCNICAS DE ESTUDIO

En el Plan de Acción Tutorial de octubre se trabajará este tema, ya que será muy importante que el alumnado conozca las técnicas básicas de estudio y de trabajo intelectual para afrontar el curso escolar.

SEPTIEMBRE: Acogida del alumnado y prevención del absentismo.

OCTUBRE: Técnicas de estudio.

NOVIEMBRE: Convivencia y mediación. Derechos/deberes de niños/as.

DICIEMBRE: Escuela Inclusiva, una escuela para todos.

ENERO: Resolución pacífica de conflictos y educación para la paz.

FEBRERO: Gestión de las emociones y promoción del éxito escolar.

MARZO: Educación para la igualdad y prevenir la violencia de género.

ABRIL: Orientación educativa, académica y profesional.

MAYO: Prevención del acoso escolar y riesgos de internet.

JUNIO: Educación para la gestión del ocio y tiempo libre.

El conocimiento de las técnicas de estudio básicas **proporcionará al alumnado una serie de habilidades dirigidas a organizar y gestionar mejor su tiempo**, al mismo tiempo que **mejorará su rendimiento del aprendizaje** siendo cada vez más autónomo.

Es por ello que la ayuda en el entorno familiar será **fundamental establecer rutinas** que hagan al alumno/a más independiente en el trabajo, que promuevan el conocimiento de sus potencialidades y sus barreras y le permitan alcanzar el éxito.

Es por ello que **los tutores/as trabajarán una o dos sesiones** en octubre para facilitarles técnicas de estudio que puedan utilizar en casa cuando trabajen solos. Siendo así, desde el Equipo de Orientación, **ofrecemos a las familias unas orientaciones dirigidas a apoyar en casa el tema que están trabajando en la escuela.**

**¡EXPLIQUEMOS A NUESTR@S HIJ@S!**

## ¿QUÉ SON LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO?

Las técnicas de estudio suponen un **conjunto de herramientas dirigidas a aplicarse al propio proceso del estudio a fin de mejorar el proceso de aprendizaje**. Cada **edad, asignatura y/o nivel educativo** requerirá poner en marcha distintos aprendizajes, lo que hará necesario el uso de formas de estudio variadas.

**Otras técnicas de estudio** como las denominadas “**de organización y planificación**” pueden adquirirse de forma muy temprana y mantenerse con pequeñas variaciones. De este modo, tener un espacio propio de trabajo, eliminar distractores, elaborar listados de tareas o preparar horarios, pueden ser técnicas que generen rutinas de estudio adecuado y que pueden promoverse en casa.



## ¡HABLEMOS CON NUESTROS HIJOS!

### ¿QUÉ DEBEN SABER LOS NIÑOS SOBRE LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO?

Una vez explicada la importancia de las técnicas de estudio en general, será relevante **que dialoguemos con nuestros hijos/as sobre los beneficios** que aporta una adecuada organización del estudio y la aplicación de distintas técnicas. En primer lugar, preguntaremos al niño/a **dejándole expresar algunas ideas sobre cómo planificaría su estudio o qué estrategias utilizaría para estudiar las distintas asignaturas, guiando posteriormente sus respuestas** hacia el conocimiento de los siguientes aspectos:



- Empezar **siempre a la misma hora**, preferiblemente a primera hora de la tarde (para evitar el cansancio).
- Adquirir la costumbre de **utilizar medios digitales** de forma puntual para consultas.
- **Anotar en la agenda las tareas a realizar y las acabadas**, fechas clave, recordatorios, etc.
- Los esfuerzos se centrarán en **alcanzar la lectura comprensiva** y soltura en los **cálculos matemáticos básicos** a esas edades (sumas, restas y multiplicaciones).
- Es muy importante **controlar la atención y conseguir concentración** durante el tiempo dedicado a estudiar que entre los 6 y los 7 años, no será excesivo. A modo de orientación, unos 2 periodos de 20 minutos para la tarde, con descanso en medio, serían adecuados.
- Se pueden **utilizar juegos educativos como refuerzo**: crucigramas sencillos, calcular precios en la compra, jugar a trabalenguas, etc...
- La **lectura diaria** es fundamental para ganar en soltura expresiva y dominar de forma natural la ortografía de forma progresiva.

### TÉCNICAS SI FUERA NECESARIO TRABAJAR DESDE CASA

Actualmente **sólo se contempla la modalidad presencial** de estudio asistiendo al centro educativo. No obstante, **si el alumno/a tuviera que trabajar desde casa, por alguna circunstancia excepcional y justificada**, es recomendable organizar los periodos de estudio de la mañana. En este sentido se recomienda:



**Contar con un horario de mañana:** se puede utilizar un cuadrante con los mismos periodos de trabajo con los que contaría en el colegio (De 9:00 a 14:00, sesiones de 45 minutos). [Ver ejemplo "Horario mañanas"](#)

**Uso del "Entorno de aprendizaje EducamosCLM":** aunque su contenido será más básico al contemplar sólo la educación presencial, es conveniente utilizar los recursos que vaya facilitando cada docente. Es recomendable contar con los accesos y usar la plataforma, de tal forma que se minimice el efecto del cambio si no se pudiera asistir. [Ver tutorial EducamosCLM.](#)

**Uso de "Microsoft Teams":** aunque la modalidad sea presencial, se continuará utilizando esta plataforma para cualquier tipo de reunión de profesorado, familias o alumnado, por lo que se recomienda su uso, sea [a través de PC](#) o de [Móvil](#).

# ¡DIALOGUEMOS CON NUEST@S HIJ@S!

## ORIENTACIONES PARA MEJORAR EL ESTUDIO EN CASA

Para garantizar el mejor estudio de los niños/as es muy importante que **hablemos abiertamente con ellos sobre las mejores técnicas para organizar su estudio**, generando una relación de **confianza** y apoyo en la que seamos como familia un referente de ayuda. Se recomienda:



- **Observa dónde necesitaría tu hijo/a más apoyo:** es importante hacer un primer acercamiento y detectar las necesidades del niño/a, para lo que es conveniente supervisar diariamente las tareas que ha hecho en el colegio, para saber si necesita ayuda en las tareas de lectura, escritura, suma, resta, etc...
- **Elaborad juntos un listado de tareas de ayuda:** tomando en cuenta el punto anterior, podemos sentarnos con el niño/a e ir elaborando conjuntamente una lista de cuestiones en las que necesitaría refuerzo.
- **Planificad juntos el horario a trabajar por las tardes:** es recomendable tener un horario fijo por las tardes, en el que se establezca con claridad el tiempo de estudio para cada área. En esta edad, se recomienda dedicar a las tareas 2 periodos de 30 minutos con descansos intermedios no superiores a 15 minutos ([ver ejemplo de cuadrante horario de tardes](#)). También se pueden incluir en horario actividades de ocio educativo que el niño/a proponga.
- **Piensa en el lugar de estudio más adecuado para el niño/a:** busca un lugar tranquilo que favorezca la concentración, procurando que no cuente con distracciones y que disponga con los recursos necesarios (libros de texto, cuadernos, recursos para la lectura, la escritura y el cálculo básico, etc...)

- **Facilita que el niño/a sea autónomo en las tareas de estudio:** es importante que los niños/as sean autónomos, por lo es necesario prestar ayuda sólo cuando la necesite, supervisando las tareas. No obstante, hay que procurar que cada vez más se enfrente a las tareas sólo, reforzando que él mismo se ponga con las tareas sin avisarle, siguiendo los tiempos del horario acordado.
- **Trabaja estrategias básicas de aprendizaje:** es recomendable comenzar a trabajar algunas técnicas dirigidas a resumir la información y resaltar los aspectos más importantes. Durante este periodo será de utilidad preguntarle sobre lo que va leyendo, pedirle que nos explique el tema principal de una lectura o audio o que nos cuente el proceso de resolución de una operación matemática. Estimular que el niño/a explique sus razonamientos será el paso previo para trabajar los resúmenes y los esquemas.
- **Evaluad juntos lo aprendido para motivar hacia el éxito:** al acabar un periodo de estudio, es importante realizar un seguimiento en que nos cuente qué ha estudiado y cómo lo ha hecho, valorando conjuntamente si ha sido positiva la planificación realizada y los resultados obtenidos, reforzando todo lo positivo de ser autónomo.



## RECURSOS PARA TRATAR EL TEMA CON NUESTROS HIJ@S

[Video para familias “Cómo motivar a los niños/as hacia estudio”](#): la importancia de estar motivado.

[Video para familias “9 estrategias para mejorar la atención”](#): dirigido a niños de Educación Primaria.

[Video para familias “cómo ayudar a mis hijos/as a estudiar”](#): orientaciones de la psicóloga educativa.

*Los recursos están enlazados en la versión digital. Haga clic en cada enlace y acceda al contenido.*

Colegio Público Bilingüe de Infantil y Primaria “El Quiñón”

C/ Zurbarán, 10 – 45224 – Seseña Nuevo (Toledo) – 91 137 01 50 - [45011951.cp@edu.jccm.es](mailto:45011951.cp@edu.jccm.es) – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalamancha.es>