

PRIMARIA



familias



PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Octubre

Equipo de Orientación y Apoyo
Julio Campanero Ortiz (Orientador) / Guadalupe de la Rosa Fernández (PTSC)

TÉCNICAS DE ESTUDIO

C/ Zurbarán, 10 – 45224 – Seseña Nuevo (Toledo) – 91 137 01 50
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 NUESTROS HIJOS!

¿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?

Desde edades tempranas es importante que creamos en los niños unos hábitos de estudio que le faciliten el aprendizaje a lo largo de toda su etapa escolar. Para ello, dependiendo de cada edad o nivel escolar podemos ir enseñándoles a cómo manejar y organizar el tiempo, así como a realizar tareas y/o estudio de una forma óptima y eficaz.

Os dejamos algunas pautas que os pueden ayudar a reforzar lo que, desde el colegio, vamos a trabajar con ellos.



- 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 40 minutos.
- Se pueden utilizar refuerzos como crucigramas sencillos y otros juegos de palabras, así como actividades de lógica para mejorar la competencia matemática.
- La lectura diaria es fundamental para ganar en soltura expresiva, y para dominar de forma natural la ortografía.

TÉCNICAS PARA LA MODALIDAD A DISTANCIA

Si en modalidad presencial son importantes las técnicas de estudio, más aún lo serán si el **alumno/a tuviera que trabajar en modalidad a distancia**, ya que será necesario **organizar las propias rutinas** estando en casa. 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 la educación presencial (De 9:00 a 14:00, sesiones de 45 minutos). [Ver ejemplo "Horario mañanas"](#)
- **Uso del "Entorno de aprendizaje EducamosCLM":** se recomienda utilizar las aulas de cada asignatura en los mismos periodos lectivos en los que tendría la clase presencial. Es conveniente que se use para organizarse ya en educación presencial, de tal forma que se minimice el efecto del cambio entre presencial-distancia. [Ver tutorial EducamosCLM.](#)
- **Uso de "Microsoft Teams":** en la modalidad a distancia, se establecerán periodos de videoclase como complemento, por lo que deben comenzar a aprender a conectarse a su aula, 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:



- **Identifica con tu hijo/a los temas en los que necesita más apoyo:** realizad un diagnóstico identificando aquellos temas con mayor dificultad, esto puede ser dialogando directamente sobre sus intereses y dificultades.
- **Diseña con el niño/a un listado de tareas:** tomando en cuenta el punto anterior, diseña una lista con tareas a realizar, es aconsejable hacerlo con ellos, ya que, de esta forma, tendrán claro lo que requiere más tiempo y lo que deben hacer.
- **Elaborad conjuntamente un plan de trabajo:** es recomendable tener un horario en el que se establezca con claridad el tiempo de actividades. En esta edad, se recomienda, para el estudio por las tardes, contar con un periodo de unos 40 minutos aproximadamente.
- **Ofreced al niño/a un lugar adecuado para el estudio:** es importante que se le provea de un ambiente tranquilo en el cual pueda concentrarse y no despistar la atención, de igual forma es preciso que cuente con los materiales necesarios, así como evitar posibles distractores como la televisión, los videojuegos, o teléfonos móviles. ¡Hay tiempo para todo! En el cuadrante horario, también pueden programar conjuntamente los periodos de ocio.

- **Enseña al niño/ a investigar y a ser autónomo:** es importante fomentar en los niños/as la autonomía, por ello es necesario enseñarles que es muy útil investigar para ello se pueden aprovechar herramientas como el móvil, tablets y ordenador, bajo la supervisión de los padres (libros, web, programas, etc..).
- **Fomenta el uso de estrategias de aprendizaje:** fomenta en ellos el empleo de estrategias de aprendizaje, ya que esto les ayudará a asentar conocimientos a través de preguntas para el cálculo mental, para comprobar si la lectura ha sido comprensiva, etc.
- **Evaluad juntos lo aprendido y motive a su hijo/a:** al acabar su periodo de estudio, es muy importante realizar un seguimiento en que nos explique lo que ha hecho.



RECURSOS PARA TRATAR EL TEMA CON NUESTROS HIJ@S

[Video para alumnado y familias EducamosCLM:](#) iniciación en la herramienta “Entorno de Aprendizaje”

[Video para familias sobre las técnicas de estudio:](#) orientaciones sobre cómo ayudar a estudiar.

[Video para familias “cómo enseñar a estudiar”:](#) dirigido a niños de Educación Primaria.

[Video para familias “cómo ayudar a mis hijos en sus estudios:](#) entrevista con 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 – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalamancha.es>