

PRIMARIA



familias



PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Octubre

Equipo de Orientación y Apoyo

Julio Campanero Ortiz (Orientador Primaria) / Guadalupe de la Rosa Fernández (PSC) / Celia Lázaro Alfaro (Orientadora Infantil)

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?

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"](#)

Ponerse en contacto con el/la tutor/a para concretar las tareas que deberá desarrollar el alumno/a que se encuentra en situación de convalecencia u otra circunstancia. Para una comunicación eficaz, **contamos con la herramienta "Seguimiento Educativo" de la Plataforma EducamosCLM**, en la que se encuentra disponible la mensajería.

Así mismo, ante la ausencia del niño/a al centro educativo, siempre **se recomienda facilitar cualquier experiencia educativa** que implique la interacción con otros niños/as de su edad, dentro de lo posible.

¡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 que 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.ceip@educastillalalamanca.es – <http://www.ceip-elquinon.centros.castillalalamanca.es>