



“Com ajudar als nostres fills en els seus estudis”

Materials complementaris i d'ampliació

Ana Isabel del Río

Pedagoga i Màster en Educació per la Ciutadania i en Valors.

Desembre de 2011

<http://anaisabeldelrio.blogspot.com> Per contactar: delrioanaisabel@gmail.com

Index

Presentació	3
Resum de les lectures que trobareu	4
Escola de famílies, escoles de pares i mares	5
Com ajudar als nostres fills amb els deures	7
La televisió i els nostres fills i filles:	
27 consells i més	32
Orientacions i guies per penjar a la nevera	36
Foment de la lectura	48

Benvolgudes famílies,



Us arriba a les mans una compilació de materials que ampliarà les xerrades que he fet a diversos centres educatius, donat que 90 minuts són insuficients per abordar tants dubtes i interessos.

Les accions que proposo més enllà de la **lectura dels articles que us interessin** del present material són:

1. **Difondre els presents materials** entre totes les famílies del centre, per facilitar la formació a través de la lectura, per animar a assistir a properes xerrades i per encetar noves accions formatives: trobades, reflexió,...
2. **Demandar als docents del vostre centre una xerrada sobre els deures**, amb orientacions per respondre a les expectatives del centre respecte als deures i amb orientacions per donar un bon suport als vostres fills/es.
3. **Posar en marxa un programa d'Escola de Famílies**, el qual enriqueix a cada persona assistent, crearà nivells de cohesió majors al centre i beneficiarà als nens i nenes del centre (la formació de les famílies incideix en el rendiment acadèmic i en el desenvolupament socioemocional de nens i nenes). Adjunto un full amb algunes idees senzilles, eficaces i econòmiques.

Espero que els presents materials siguin del vostre interès.

Ana Isabel del Río

Podeu seguir alguns articles en matèria educativa al meu bloc, que alimentaré a poc a poc amb temes ESCOLES DE FAMÍLIES: <http://anaisabeldelrio.blogspot.com/>

Si voleu contactar amb mi, ho podeu fer a través del blog o a través del correu:

delrioanaisabel@gmail.com

Els continguts responen a dubtes generats a les xerrades i són generalment compartits a molts centres:

1. **Escoles de famílies, escoles de pares.** Un petit escrit que us he elaborat per tal d'encoratjar a escoles i famílies a formar-se, reflexionar, parlar d'allò que els angoixa o preocupa sobre l'educació de fills i filles. Us animo a crear xarxes de relacions riques, múltiples i tupides per tal d'acollir a tots i cadascun dels nenes i nenes i adolescents en el difícil camí de fer-se grans en un món cada vegada més canviant i que obre múltiples incògnites a les que hauran de respondre en el futur sense la nostra presència.
2. **Com ajudar als nostres fills amb els deures.** Adjunto materials del Ministeri d'Educació, Escuela de padres. http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/
3. **La televisió i els nostres fills i filles:** 27 consells i més.
4. **Orientacions i guies per penjar a la nevera.** Aquest materials tenen el seu origen als Estats Units, per tant, poden donar problemes a l'hora d'imprimir. Aconsello imprimir aquests fulls d'un en un si el text no es llegeix bé. Procedeixen de: Casel ([Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning](http://www.casel.org). www.casel.org); PTA (organización de padres, Parent Teacher Association. www.pta.org) i Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute, Lincoln. Els continguts procedeixen d'una altra realitat cultural i social. Es fan servir girs lingüístics que no coneixem. Tenen costums diferents en relació a les escoles i el context social i legislatiu és diferent, però les evidències científiques en què es basen moltes de les orientacions són sòlides i reconegudes internacionalment.
5. **Foment de la lectura. Com aconseguir que els/les nostres fills/es siguin bons lectors i bones lectores:** per què és tan important ser un/a bon lector/a, què podem fer els pares, com motivar-los, consells i orientacions. Adjunto dos petits cursos amb orientacions, procedents de **Academic Development Institute. www.adi.org**



Escola de famílies, escola de pares

“Una de les formes més poderoses i efectives d’implicar-nos per millorar el rendiment acadèmic, la intel·ligència emocional, el benestar dels nostres fills i filles i la qualitat de les escoles és formar-nos: via escoles de famílies o via trobades amb altres famílies ”

PRIMER UNA XERRADA INTRODUCTÒRIA AL TEMA, DESPRÈS CONTINUAR APRENENT I REFLEXIONANT

Ara que ja heu fet una xerrada al vostre centre via **FaPaC**, mitjançant el recolzament del present material o d’altres materials amb què vosaltres compteu podeu continuar aprenent i reflexionant a la vostra tasca diària com a mares, pares o familiars.

Què podeu fer? Sigui quina sigui l’opció es pot fer fàcil i econòmic.

1. TROBADES AMB ALTRES FAMÍLIES

- Fer petites trobades de grups de famílies prenent un cafè o a casa d’algú. Es pot fer la **lectura i discussió d’un llibre** que tracti algun tema d’interès per capítols (exemple: *Intel·ligència emocional*, de Daniel Goleman), es pot fer una trobada a l’entorn d’un article – dels que ajunto o d’altres del vostre interès- fer una estona de reflexió o bé es pot escollir un tema d’interès i fer un grup de discussió amb un temps limitat.
- Proposar o impartir una formació sobre un tema concret adreçat a la resta de famílies del centre o a algun grup (exemple, el grup de famílies de la classe del vostre fill i filla). Si domineu internet podeu impartir una sessió sobre recerques a google, com crear i fer servir una adreça de correu electrònic, ...

2. TIRAR ENDAVANT UNA “ESCOLA DE FAMÍLIES”

Es pot tirar endavant des de l’AMPA, una comissió mixta o, fins i tot, des del propi centre. Si plantegeu una activitat mínima trimestral el centre comptarà amb una nova oportunitat d’obrir les portes de les escoles a les famílies, un espai de comunicació i diàleg, trobada, resolució de dificultats, i/o formació de tothom: famílies, nens i nenes i docents.

Què es pot fer? Alguns suggeriments

Grups de debat i reflexió a l'entorn d'una petita lectura –article, capítol d'un llibre que es llegirà al llarg del curs o bé a l'entorn d'alguna dificultat compartida o objectius que es volen assolir als centres.

Xerrada a càrrec d'algun pare o mare expert en alguna qüestió

Xerrades a càrrec d'algun **docent del centre**, que versin sobre temes que preocupin molt a les famílies, com els deures o la preparació pels exàmens.

Xerrades puntuals a càrrec de professionals externs que encetin un nou tema d'interès, com la intel·ligència emocional. Podeu organitzar-les juntament amb altres escoles del vostre entorn i compartir les despeses. També podeu demanar recolzament als Dts. D'Educació municipals o cercar fons als Plans d'entorn municipals.

Sessions formatives que comptin amb el suport dels propis alumnes, exemple: formació relacionada amb Internet i temes digitals.

Creació d'espais TIC i 2.0 Una de les grans bretxes que allunyen a les famílies de la realitat educativa és la falta de competència en noves tecnologies de la informació i en el domini dels espais virtuals. Les escoles que compten amb espais específics per capacitar a les famílies garanteixen més possibilitats d'èxit escolar per totom.

Taller d'escriptura i lectura literària i creativa 1.0 i 2.0. Per nens i adults. Aquest espai pot tenir per objectiu dinamitzar l'escriptura creativa, tant manual com per publicar a blocs, webs, etc... Paral·lelament, es dinamitzarà el gust per la lectura a través d'activitats específiques: tallers literaris, conta-contes dinamitzats per nenes i nens que ja saben llegir o per familiars,... i activitats que apropin escriptura i lectura a tothom.

Gimnàs emocional. Espai estable d'educació emocional al centre, adreçat a alumnes, famílies i docents. Aquest espai, com tots, requeria un projecte específic que defineixi les necessitats i desplegui programes d'acció per treballar l'educació emocional a diferents nivells i per tot el col·lectiu escolar. Es pot iniciar la feina amb la creació d'un grup d'estudi i formació en educació emocional, format bàsicament per un grup de pares i mares que tinguin inquietud al respecte.

Espai d'anglès. Es tractaria de reforçar des de tots els àmbits diverses experiències vivencials en altres idiomes i aprofitar també per millorar la competència lingüística de les famílies i altres persones de la comunitat. Exemple d'activitats: visionat de pel·lícules subtitulades, desenvolupar projectes d'enriquiment informal en anglès, convidar a persones estrangeres a parlar dels seus països d'origen, crear espais per parlar en anglès o altres llengües, fer activitats extraescolars mixtes, incloent nens i famílies, ... en els idiomes que es vulguin desenvolupar o bé en català o castellà.

Com ajudar als nostres fills i filles en els seus estudis

A partir d'aquest punt es troben els materials de la pàgina web del *Ministerio de Educación de España*, pàgina web *ESCUELA DE PADRES*. A través de la pàgina web podreu accedir a altres materials sobre temes d'interès per les famílies. Molt interessant.

Per accedir: http://ntic.educacion.es/w3//recursos2/e_padres/

Els diferents articles que trobareu:

- 1. Cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios.**
- 2. Papel de la motivación en el aprendizaje**
- 3. Dificultades más frecuentes en el estudio**
- 4. ¿Qué hay sobre el fracaso escolar?**
- 5. ¿Problemas entre los hijos y el colegio?**
- 6. ¿Para aprender hay que esforzarse?**



PARA ENCONTRAR EL DOCUMENTO EN FORMATO WEB SEGUIR EL ENLACE:

http://ntic.educacion.es/w3/recursos2/e_padres/html/losestudios.htm#

● **Cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios**

La tarea educadora de los hijos es un derecho y deber primario que tienen los padres. El resto de las instituciones que aparecen a lo largo de la escolaridad de un niño tratan de educarlo por delegación implícita que hacen los padres de ese derecho primero. Pero delegar una tarea, no quiere decir olvidarse, es por ello, que los padres no pueden omitir el derecho y deber primero a la educación de sus vástagos.

La interrogante que surge es. ¿cómo ayudar a nuestros hijos en los estudios?, a esta pregunta vamos a tratar de darle respuestas:

1.- Creando un ambiente de estudio en casa

El ambiente que nos rodea es la influencia que tiene en nosotros el entorno que nos rodea. Watson uno de los iniciadores del conductismo en psicología, ya decía: "Dadme un niño y podré hacer de él o un criminal o un santo". Con ello quería poner de manifiesto la influencia decisiva que tiene el entorno que nos rodea en la personalidad o en la manera de conducirnos. Somos lo que hemos aprendido a ser.

Crear un ambiente no es la actuación de unos días concretos, sin continuidad de manera esporádica para tratar de conseguir unos objetivos educativos. Crear un ambiente significa una actuación sistemática, perseverante para conseguir los objetivos marcados.

¿Cómo se crea el ambiente de estudio?:

- Incidiendo desde todos los planos posibles para conseguir el objetivo, es decir, desde los valores a fomentar, ser laboriosos, ser constante en las tareas, valorar el esfuerzo, etc.
- Cuidando los detalles materiales que favorezcan el trabajo: que exista un sitio para estudiar, este lugar deberá reunir algunas condiciones mínimas del tipo de las siguientes: aislamiento de ruidos y cosas que distraigan; iluminación suficiente; silla y mesa de trabajo funcionales para las tareas que se realizan normalmente.
- Respetando los padres el tiempo de tareas sin interferir con otros encargos que puedan surgir, que la televisión no esté puesta en el tiempo de trabajo, etc.
- Creando hábitos de estudio, es decir, repitiendo siempre el mismo horario de estudio, de trabajo.. en un ambiente de silencio.
- Aprovechando los padres el tiempo de estudio para realizar ellos, si es posible, diversos trabajos que tengan pendientes para que sus hijos los puedan ver como modelos que van por delante y son dignos de imitar.
- Teniendo un material base para el estudio: diccionarios, enciclopedias, libros de consulta.
- Promoviendo para el tiempo libre actividades que tengan que ver con la cultura, con la lectura, con el afán de saber más.

2.- Los padres han de ir por delante en su afán por la cultura

Si los padres tienen, por ejemplo, curiosidad intelectual, afán de saber y afición por la lectura, serán un ejemplo estimulante para el estudio de sus hijos.

La preocupación de los padres por los temas culturales, su afán por saber y afición por la lectura, se convierte en un buen estimulante para el estudio de sus hijos.

Los padres tienen que preguntarse hasta qué punto fomentan, sobre todo con el ejemplo, la cultura familiar. En este punto puede surgir la pregunta de cómo van a hacerlo, si los padres posiblemente no tienen el nivel de estudios idóneo, no son universitarios, y apenas pueden responder a las preguntas que les plantean sobre las dudas en las

tareas escolares. En este punto hay que decir, que los hijos no piden un profesor particular en los padres, sino la coherencia en su preocupación por los temas culturales, su sensibilidad ante lo artístico, el afán de saber que han mostrado en su trayectoria personal. Son manifestaciones de esa sensibilidad cultural, la existencia de una biblioteca familiar, las revistas que entran, las conversaciones que se tienen, etc.

3.- Manteniendo una estrecha colaboración con el tutor y profesores de los hijos

Padres y profesores están metidos en una misma tarea: la educación de los niños, por ello, se ha de tirar unos y otros en la misma dirección y se precisa de una colaboración mutua.

En este punto como en tantos otros, hemos de estar en el término medio, no pasarse por un extremo ni por el otro. Hemos de estar en contacto con los profesores, pero no podemos estar un día sí y otro no requiriendo información del profesor sobre cómo va nuestro hijo, porque ello puede resultar agotador para el profesorado. Tampoco hemos de pasarnos por el otro extremo, el no aparecer por el centro, el que nos desconozcan, por mucho que requieran nuestra presencia.

Término medio puede ser una entrevista en cada evaluación, en otros casos que nuestro hijo requiere una tutorización mayor por el colegio y los padres, la periodicidad de la reunión puede ser una vez al mes.

Los aspectos que se pueden tratar en esas entrevistas pueden ser:

- Intercambiar información sobre la forma de ser: conducta del hijo estudiante: que capacidades mentales tiene más y menos desarrolladas y cómo las usa.
- Qué disposición tiene hacia el estudio: ir tirando con el mínimo esfuerzo, muestra interés o no, es perseverante en lo que se propone o enseguida abandona...
- Cómo estudia: qué dificultades principales encuentra en la realización de su trabajo, en qué necesita mejorar en concreto.
- Que valores son los que se insiste en casa, y cuáles son los que se proponen en el centro.

Esta información del centro educativo se obtiene sobre todo a través de entrevistas periódicas entre padres y profesores. Conviene que los padres acudan a dichas entrevistas habiendo pensado que tipo de información necesitan y qué tipo de información pueden, a su vez, facilitar al tutor o a los profesores.

Convendrá fijarse conjuntamente algún objetivo común para la actuación de los padres y del centro. Conviene que sea preciso y medible, para que en la próxima entrevista que se tenga, empezar por la revisión del objetivo marcado, cómo ha ido, qué dificultades han surgido, cómo adaptarlo para ahora, etc.

En el intercambio de información bidireccional entre padres y profesor, ocurrirá que el profesor o los padres no pueden proporcionar la información sobre algún dato concreto que se le pide. Esto es perfectamente comprensible. Pero los padres no deben por ello renunciar a conseguir lo que se proponían. Pueden pedir al tutor que consiga esa información para la entrevista siguiente, bien a través de su observación personal, bien a través de otras personas de entre las que trabajan en el centro educativo (profesores de las diferentes asignaturas, psicólogo, etc.).

4.- Orientando a los hijos en el manejo de las técnicas de estudio

Los buenos resultados en el estudio depende de querer estudiar, saber estudiar y hacerlo, es decir nos estamos refiriendo a la motivación, a las técnicas de estudio y a la fuerza de voluntad para realizar lo previsto.

Ahora nos vamos a referir a la importancia de tener la suficiente competencia en el manejo de las técnicas de estudio. Éstas son el instrumento del trabajo intelectual, y de igual modo que si quisiéramos tener un jardín arreglado necesitamos de un instrumental: azada, rastrillo, tijeras.... para realizar nuestro propósito, de igual modo nuestra inteligencia necesita de un instrumental para ser eficaz en el estudio. Por otra parte, nuestro método de estudio siempre es perfeccionable, siempre algo se puede hacer mejor con el menor esfuerzo, mejor y en el menor tiempo posible.

Hay que decir que el primero y principal instrumento que se necesita para el estudio es la lectura, de manera que nuestro hijo tenga las suficientes habilidades en comprensión, velocidad y entonación correcta en la lectura. Si este aspecto básico no se ha desarrollado en su momento con la suficiente eficiencia, posteriormente será la causa originaria del fracaso escolar que aparecerá.

Otras técnicas de estudio que nuestro hijo debe manejar adecuadamente son:

- Saber organizarse el tiempo.
- Saber hacer esquemas, resúmenes.
- Saber subrayar un texto.
- Pasos a seguir para estudiar un tema.

Es muy probable que en el centro educativo haya un plan de acción tutorial en el que figurarán la impartición a los alumnos de las técnicas de estudio, pero a veces no se practica lo suficiente, y los padres tienen que suplir en ello.

Así pues, la primera tarea es detectar en qué falla nuestro hijo, los defectos de estudio más comunes son: memorismo, estudiar sólo para el examen, dependencia excesiva del profesor y del libro de texto (falta de iniciativa), no saber distinguir lo importante de lo secundario, dificultad para expresar oralmente y por escrito, dificultad para relacionar y sintetizar conocimientos, mal uso del tiempo...

Una vez que entendemos en qué falla y en qué hay que actuar, habrá que hacer un plan para tratar de superar esos puntos débiles.

5.- Animando al estudio sin sermonear

Hay que empujar al estudio sin que se note, sin sermonear, ya que el insistir en un mensaje con oportunidad y sin ella en los adolescentes, puede ser contraproducente. Sermoneamos en la medida que insistimos demasiado en un punto sin que sea el momento oportuno para ello.

Hemos de valorar el esfuerzo y la dedicación de nuestro hijo al estudio más que sus resultados. No ha de centrarse toda la valoración de su hijo en sus notas. Hay que mirarle como persona y en un contexto más amplio que el mero rendimiento académico.

Resaltar sus propios progresos, aunque no estén a la altura de lo que a nosotros como padres nos gustaría. Hay que dar tiempo, lo importante es que vaya subiendo cota, aunque en un momento parezca que está retrocediendo. Recuerden que los éxitos, aunque sean o nos parezcan pequeños, son una pieza clave para mantener el interés.

Es importante aprender a valorar a nuestros hijos como personas, sin centrarnos únicamente en su rendimiento académico.

No poniendo, de entrada, las metas demasiado lejos, para que no cunda el desánimo. Por regla general, son más eficaces los pactos familiares sobre aspectos concretos y con refuerzos también

concretos, que los grandes discursos de los que se suele abusar.

6.- Procurando las ayudas pedagógicas oportunas cuando sea necesario

Cada hijo tiene su propio ritmo de aprendizaje, los puntos fuertes en el conocimiento y materias en las que presenta lagunas o dificultades. A estos alumnos hay que dar la respuesta pedagógica adecuada, que puede ir desde nuestra ayuda personal hasta ponerle un profesor particular.

Vamos a analizar algunas de las posibles respuestas:

a) Encargarse los padres.

Teóricamente parece una de las más idóneas porque el conocimiento profundo que los padres tienen de sus hijos les lleva a saber exactamente qué es lo que tiene que superar su hijo, además los padres están revestidos de una autoridad que no tienen otros que pueden intervenir, como son los hermanos.

La dificultad que tiene esta opción es que los padres han de disponer de suficiente tiempo para poder dedicarlo a la ayuda escolar de los hijos. Asimismo han de tener los suficientes conocimientos para ayudar a sus hijos en esas materias.

b) Encargarse algún hermano mayor.

Tiene la ventaja de hacer partícipe a un hermano mayor de la responsabilidad de ayudar a un hermano. Esto crea más unidad familiar entre los miembros al tener un propósito común. Otra ventaja es que entre alumnos se explican de manera más didáctica y con el mismo lenguaje las cosas que tienen dificultades.

Puede tener la dificultad de la falta de autoridad que tiene un hermano de manera que no siga las indicaciones que se le hacen. Otra dificultad es la falta de perseverancia en el encargo que se ha asignado a ambos cuando surgen las dificultades. Suele pasar que el hermano a quien se le ha encargado la atención académica, se escude en que él tiene bastante que hacer y no puede perder el tiempo con su hermano, que además no responde a veces a sus indicaciones.

Para subsanar estas dificultades puede ser conveniente asignarle una paga al hermano con el fin de darle más seriedad y responsabilidad.

c) Tener un profesor particular.

Que puede reforzar aquellas materias en las que tiene más dificultades. Para que un profesor particular sea una ayuda para nuestro hijo, hemos de tener en cuenta los siguientes puntos:

- Los contenidos que se vean en las clases particulares han de estar supeditados y ser complementarios a los que se desarrollan en el centro educativo por el profesor de esa materia.
- Es conveniente que sea una situación provisional, durante un tiempo. Hemos de tener en cuenta que lo normal es que vaya avanzando por los distintos cursos sin que necesariamente precise de un profesor particular. Se requerirá para situaciones extraordinarias: unos suspensos que indican lagunas importantes, dificultades significativas con área determinada, promocionar a un curso superior sin tener afianzado el anterior, cuando el niño no pueda seguir el ritmo normal de la clase....Sin embargo, puede pasar que lo extraordinario se convierta en ordinario.
- Los padres deberán contar con la opinión del tutor y otros profesores. De esta forma, en caso afirmativo puede establecerse, además, una colaboración entre el profesor particular y los profesores del centro.

7.- Siguiendo el quehacer diario sin agobiar

Hemos de seguir el día a día del quehacer diario. El criterio es que cuanto más pequeños más de cerca hemos de hacer el seguimiento de las tareas de nuestros hijos, cuando van siendo más mayores y han ganado en autonomía y responsabilidad, les podemos dar más distancia en el seguimiento.

Hay que saber qué exámenes tienen, qué resultados están obteniendo, con qué dificultades se encuentran, cuáles son sus actitudes, disposiciones....

Hay que guardar un equilibrio entre dos posturas extremas, una hacer un seguimiento pormenorizado, que puede resultar agobiante a nuestros hijos, y que en algún momento determinado hay que seguir esa estrategia porque requiere una tutorización especial, pero que si se aplica más tiempo puede ser contraproducente. Y la otra postura es no preocuparnos por sus cosas, seguirlo a mucha distancia, de manera que indique despreocupación por nuestra parte. El criterio como se ha dicho antes es ir de más seguimiento a menos según va teniendo más años, pero cada caso es único.

Un objetivo educativo que hemos de marcarnos los padres es que tengan la suficiente madurez y autonomía para organizarse nuestros hijos en el tema de los estudios, y también sería extensible a otros ámbitos. Pero centrándonos en el primero, lo deseable sería que cuando están en el primer ciclo de la enseñanza secundaria obligatoria, es decir, con 13-14 años, nuestros hijos se pudieran organizar por si mismos el horario de estudio, si se van a levantar por la mañana o se quedan por la noche porque tienen un examen....

Hemos de tener en cuenta, que los padres podemos mandar que estudien, que hagan esto o aquello otro, pero esto se puede hacer cuando tienen pocos años, porque aceptan nuestras indicaciones sin rechistar, pero cuando llegan a la adolescencia, si no va saliendo de ellos mismos el hacer las cosas, porque entienden que así lo tienen que hacer, poco podremos hacer con imposiciones si nuestros hijos no están dispuestos a estudiar.

Para ir consiguiendo esta meta educativa, los padres tenemos que empezar desde pequeños, poco a poco, que sean ellos los que hacen las cosas porque así lo van decidiendo, con autonomía, aunque a veces haya que mandarles, pero con la tendencia que sean los que llevan las riendas de los estudios.

[CRÉDITOS](#)[ENLACES](#)



● Papel de la motivación en el aprendizaje

Entendemos por **MOTIVACIÓN** el conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo. Se trata de un proceso complejo que condiciona en buena medida la capacidad para aprender de los individuos.

Es lo que mueve a la persona en una dirección y con una finalidad determinada; es la disposición al esfuerzo mantenido por conseguir una meta. Constituye, por tanto, un factor que condiciona la capacidad para aprender. Al igual que los intereses, depende en parte de la historia de éxitos y fracasos anteriores de la persona pero también del hecho de que los contenidos que se ofrezcan para el aprendizaje tengan significado lógico y sean funcionales.

La motivación más eficaz debe tener carácter permanente: no es simplemente la causada por una actividad concreta, un tema atractivo o un extraordinario profesor, debe sostenerse ante circunstancias menos favorables.

En la motivación que un alumno llegue a tener desempeña un papel fundamental la **atención y el refuerzo social** que del adulto (profesor, padres...) reciba. Por eso son importantes las **expectativas** que los adultos manifiestan hacia el individuo y las oportunidades de éxito que se le ofrezcan.

Además hay que considerar la motivación como una amplia capacidad que precisa enseñar **valores superiores** como la satisfacción por el trabajo bien hecho, la superación personal, la autonomía y la libertad que da el conocimiento,... También, la motivación es una cuestión de procedimientos que implica un trabajo importante, utilizar autoinstrucciones, relacionar contenidos, trabajar en equipo, etc. Y por último, exige **conocimiento** sobre el riesgo que se corre en caso de fracasar en el intento o por el contrario, y más importante, la satisfacción que supone la obtención del éxito.

Podemos distinguir **DOS TIPOS DE MOTIVACIÓN**: una *intrínseca* que hace referencia a que la meta que persigue el sujeto es la experiencia del sentimiento de competencia y autodeterminación que produce la realización misma de la tarea y no depende de recompensas externas. Es el caso del niño que aprende la lista de jugadores de un equipo de fútbol porque realmente le llama la atención, le motiva, significa algo para él, y lo hace sin pretender ninguna recompensa, la aprende porque sí. Y la *motivación extrínseca* que estaría relacionada con la realización de la tarea para conseguir un premio o evitar un castigo. Como cuando un hijo ordena su habitación con el único fin de salir antes con los amigos y no porque realmente es necesario estar en un espacio ordenado porque resulta más cómodo. O como cuando hacen un recado para acercarse al quiosco y comprarse alguna golosina, etc.

ALONSO TAPIA en "Desarrollo Psicológico y Educación" de COLL, PALACIOS y MARCHESI, 1992 de Alianza Editorial, ha comprobado además que las personas con motivación intrínseca tienden a atribuir los éxitos a causas internas como la competencia y el esfuerzo, mientras que los individuos con motivación extrínseca tienden a hacerlo a causas externas, como el azar o las características de la tarea, con lo que estos chicos no se consideran capaces de controlar la consecución de las metas que persiguen.

Por todo lo anterior es importante destacar que la educación no debe limitarse a transmitir conocimientos, sino que debe además ser capaz de transmitir valores y actitudes positivas hacia la actividad escolar.

No aprender es una decisión personal pero lo natural es que las personas quieran aprender

Además debemos apuntar que los sujetos con alta motivación persisten más en la tarea y por tanto es más probable que alcancen sus metas, hacen juicios independientes y se proponen retos sopesando cuidadosamente sus posibilidades de éxito, y el propio éxito alcanzado refuerza su forma adecuada de afrontar las tareas.

Los profesores saben que la motivación es consecuencia de la historia de aprendizaje. Hay que promover la motivación intrínseca, el proceso es interactivo,... Estos autores se preguntan **¿QUÉ ES ESTAR MOTIVADO?** Para motivar a un individuo en el estudio, como en cualquier otra actividad, es necesario poner en juego un conjunto de estrategias concretas. Un primer paso en el medio escolar es hacer las clases atractivas a través, por ejemplo, de actividades lúdicas, novedosas, sorprendentes,... pero dependiendo del nivel educativo en que nos encontremos, sabemos que las situaciones escolares son con frecuencia arduas y requieren disciplina y esfuerzo. Es sabido que el trabajo escolar requiere esfuerzo, y debemos desterrar que el esfuerzo es sinónimo de aburrimiento; es necesario llegar a la conclusión que vale la pena esforzarse en actividades que realmente merezcan la pena.

Las **CAUSAS DE LA DESMOTIVACIÓN** en el individuo son muy variadas. Hay que buscar fundamentalmente en la estimulación que recibe o ha recibido la persona y en su historia de aprendizaje personal. Podemos encontrar explicación a esta pregunta en factores como la familia como primer agente, pero también en el condicionamiento de un medio social desfavorecido, los fracasos escolares que arrastre. La desmotivación supone la existencia de limitaciones contra las que es muy difícil luchar y vencer tales como las bajas expectativas y atribuciones inadecuadas, falta de hábitos, prejuicios, falta de conocimiento y habilidades y un largo etcétera frente a los es difícil obtener algún cambio.

JOSÉ ESCAÑO AGUAYO y M^a GIL DE LA SERNA LEIRA en "*Motivar a los alumnos y enseñarles a motivarse*" publicado en "*Aula de innovación educativa*" nº 101 de mayo de 2001 afirman que la desmotivación está en la base del fracaso escolar y, con frecuencia también, en los problemas de disciplina. Los problemas de motivación en el aula tienen difícil solución.

Por otro lado, no es correcto pensar que la actuación del adulto se base casi exclusivamente en invocar la disciplina o la voluntad como una habilidad que debe ejercitar el alumno con el fin de obtener los objetivos planteados.

¿CUÁLES SON LAS FUENTES PRINCIPALES DE MOTIVACIÓN? Los autores antes mencionados afirman en el mismo artículo que la familia es la primera variable y la más constante. La disposición para el aprendizaje se le inculca a la persona a través de las preguntas que se le hacen, los comentarios, sirviendo de modelo y ejemplo de conducta y actitud.

La **familia** es la primera variable y la más constante; la disposición para aprender se la enseñamos a nuestros hijos con nuestras preguntas y comentarios, o siendo modelo o ejemplo en nuestra vida cotidiana. En el ámbito familiar podemos llegar a citar tres aspectos que tienen una influencia destacada en la motivación escolar de los hijos:

- su actitud ante el conocimiento y la escuela,
- el tipo de relación afectiva que establece con su hijo, y
- las destrezas y habilidades que despliega para motivarle y ayudarle en el trabajo escolar.

En el **ámbito escolar** sabemos que mientras que hay alumnos que realmente animan y ayudan al proceso de enseñanza y aprendizaje, otros, por el contrario, dificultan, entorpecen,... por lo que debemos reconocer que todo lo que se realiza en la escuela tiene una influencia mutua, existe una interdependencia entre la actuación del profesor y el comportamiento y actitudes que manifiesta el alumnado en general.

Como conclusión de este apartado hay que decir que la motivación la debemos entender como una capacidad más de la personalidad del individuo que es educable y que se puede desarrollar, pero que a su vez, exige una adaptación a muy distintos niveles. Para empezar a motivar a una persona hacia los estudios hay que considerar su historia e ir poco a poco sin pretender grandes avances de inmediato puesto que contamos con limitaciones ya citadas anteriormente. Los cambios precisan tiempo, son lentos. Para conseguirlos hace falta que las ayudas no desaparezcan, sean constantes.

Una vez analizado el papel que juega la motivación en el individuo es momento para exponer algunas **ESTRATEGIAS CONCRETAS PARA MEJORAR LA MOTIVACIÓN** sobre todo en el **ámbito escolar** pero de interés para el *ámbito familiar* siguiendo fundamentalmente a MARTINIANO ROMÁN y ELOÍSA DÍEZ en "Currículum y aprendizaje". Esperamos que estas estrategias (cuya redacción hemos modificado ligeramente) ayuden al lector a tener una idea más clara de los procedimientos a llevar a cabo y actuaciones concretas para empezar un plan progresivo, paulatino, constante que durará, con seguridad, un tiempo más bien prolongado.

1. Evitar las *críticas negativas* ante los intentos de colaboración de los alumnos.
2. Estructurar la *docencia en el aula* de forma no excesivamente autoritaria mezclando la directividad con la aceptación de las decisiones de los alumnos.
3. Programar *trabajos en grupo* o sesiones donde cada alumno pueda colaborar según su nivel.
4. *Valorar positivamente los comportamientos de trabajo* o de estudio o en su defecto las aproximaciones.
5. El *reconocimiento del éxito* de un alumno o de un grupo de alumnos motiva más que el reconocimiento del fracaso y si aquel es público mejor.
6. Conocer las *causas del éxito o el fracaso* en una tarea determinada aumenta la motivación intrínseca.
7. El *aprendizaje significativo crea motivación*, no ocurre lo mismo con el aprendizaje memorístico y repetitivo.

8. Programar los contenidos y enseñarlos de forma que los alumnos puedan comprenderlos y aplicarlos con un *nivel medio de dificultad*.
9. Cuidar de que los *alumnos con un bajo nivel de motivación* consigan pequeños éxitos académicos para que aspiren en un futuro próximo hacia metas que exigen esfuerzos superiores.
10. Tener presente que los *alumnos con baja motivación*, en un principio suelen manifestar cierta resistencia a abandonar su deficiente situación motivacional puesto que temen que el posible cambio pueda aumentar su, ya de por sí, precaria situación.
11. Fomentar el *trabajo cooperativo* frente al competitivo.
12. Presentar *tareas asequibles* a las posibilidades de los alumnos.
13. Programar las actividades de la clase de forma que los alumnos puedan frecuentemente *tomar decisiones*. El profesor que da autonomía en el trabajo promueve la motivación de logro y la autoestima, aumentando así la motivación intrínseca.
14. Promover actividades en las que los *riesgos de fracaso* son moderados.
15. No exigir, dentro de lo posible, un *programa* que sólo se puede aprobar con un alto nivel de dedicación al estudio, puesto que los alumnos poco motivados no están dispuestos a dedicar dicho esfuerzo.
16. Llevar la clase con un *nivel medio de ansiedad* y evitar las situaciones extremas de máxima ansiedad o de aburrimiento.
17. Programar sesiones de *diálogo por grupos* de manera que los alumnos menos motivados puedan expresar sus opiniones sin miedo a ser rechazados por sus compañeros.
18. Realizar actividades o *trabajos fáciles* para los alumnos poco motivados, de manera que pueda valorar sus éxitos y su relativa dedicación.
19. Las *tareas creativas* son más motivantes que las repetitivas.

No obstante, si la familia quiere **autoevaluar** su actitud hacia la motivación de los hijos, y saber si motivan o no correctamente, si influyen de forma decisiva en una correcta motivación hacia el aprendizaje en los hijos, pueden responder al cuestionario que los autores JOSÉ ESCAÑO AGUAYO y M^a GIL DE LA SERNA LEIRA presentan en el artículo *¿Favorecemos el que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio?* publicado en “*Aula de Innovación Educativa*”, nº 95 de octubre de 2000 donde plantean una serie de interesantes preguntas de reflexión agrupadas en cinco apartados y las claves para la corrección. Los cinco apartados son:

1. El interés por el tema de trabajo.
2. El sentimiento de sentirse competente para aprender.
3. El disponer de un proyecto personal.
4. La ayuda de sus profesores.
5. La ayuda de sus compañeros.

ALGUNA BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON EL TEMA:

ALONSO, J. (1995): *Orientación educativa. Teoría, evaluación e intervención*. Capítulo IV: Problemas de aprendizaje (II): Evaluación y mejora de la motivación hacia el aprendizaje. Madrid. Síntesis.

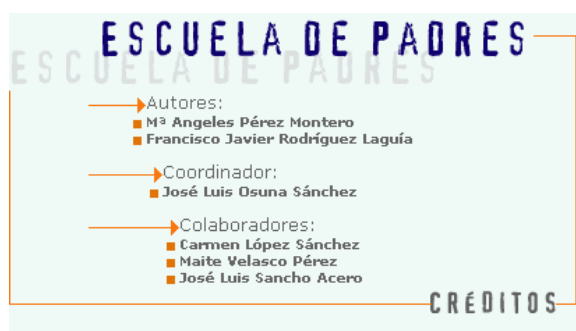
MARINA, J.A. (1997). *El misterio de la voluntad perdida*. Barcelona. Anagrama.

ESCAÑO, J.; GIL DE LA SERNA, M. (2000). “¿Favorecemos que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio? Cuestionario para padres y madres”. *Aula de innovación educativa* nº 95, pp.6 – 8.
<http://www.geocities.com/motivacionescolar>



PARA ENCONTRAR EL DOCUMENTO EN FORMATO WEB SEGUIR EL ENLACE:

http://ntic.educacion.es/w3/recursos2/e_padres/html/dif_estudio.htm



● Dificultades más frecuentes en el estudio

Introducción

La vida escolar de los hijos puede pasar por distintas situaciones en cuanto al rendimiento académico. Hay algunos que siguen una trayectoria positiva siempre igual y constante en el rendimiento escolar. Hay otros que han ido bien en Primaria pero al llegar a Secundaria se produce una quiebra en su rendimiento. Otros hay que según van avanzando en los estudios mejoran su rendimiento.

Cuando surgen estas dificultades conviene afrontarlas cuanto antes, ya que lo que puede ser relativamente sencillo de corregir cuando se produce, pasado algún tiempo, tienden a cronificarse las dificultades y corregirlas es más dificultoso.

Cuando aparecen los problemas lo importante es enfrentarlos con serenidad, reflexión y rigor.

Al enfrentarnos al problema que plantea nuestro hijo hemos de tener en cuenta las siguientes consideraciones:

1º.- ¿En qué consiste básicamente el problema?

Un problema cuanto más precisado está tanto más fácil es encontrar la solución, al contrario cuanto más difuso e impreciso más difícil es darle respuesta.

Si es posible vamos a tratar de hacer operativo el problema, es decir, en lugar de decir "es un vago", diremos que habitualmente no cumple el horario de estudio por la tarde, en lugar de decir "tiene dificultades en la lectura" diremos que no sabe entonar lo que lee, su comprensión lectora es escasa y le falta velocidad.

2º.- ¿Cuándo ha comenzado el problema y con qué frecuencia se da actualmente?

Puede ser que sea al pasar de un nivel educativo a otro, de un colegio a otro, de estar con un profesor y

pasar a otra clase. Puede que aparezca según va teniendo más dificultades académicas, al juntarse con determinados compañeros....

3º.- ¿Cuáles son las causas del problema? ¿A qué lo atribuye el propio sujeto?

Saber la raíz del problema no siempre nos resulta fácil, trataremos de indagar en ello para clarificarnos. Bastante información nos puede aportar el que sepamos a que atribuye nuestro hijo el bajo rendimiento, tiene este aspecto tanto más valor, cuanto más maduro es el chaval, porque ahí nos está dando pistas de por donde pueden ir las dificultades.

4º.- ¿Qué hemos hecho hasta el momento para resolver las dificultades y qué resultado nos han dado esas estrategias?

Para afrontar un problema hay muy diversas estrategias que hay que valorar la idoneidad que tienen para tal fin. Habrá que desechar las que no han dado el resultado apetecido y buscar otras nuevas.

Vamos a ver las dificultades más frecuentes en los estudios y que podemos hacer con ellas:

1ª.- No estudiar o hacer como que se estudia

Se caracterizan por lo siguiente:

- Pueden estar ante el libro bastante tiempo, pero sólo eso “estar” puesto que la cabeza la pueden tener en otro sitio bastante lejos.
- Tardan demasiado tiempo para realizar las tareas.
- Omiten un tiempo de trabajo, de estudio para realizar las tareas pendientes.
- Se meten en su cuarto dos horas o el tiempo que sea y todo el mundo está convencido de que el niño está estudiando, pero estos chicos han podido pasarse la tarde entera haciendo un dibujo u oyendo los *walkman*.

Estrategias de intervención:

Este tipo de chavales tienen un *déficit* de hábitos importante. Los hábitos son recursos importantes para educar. Se adquieren por repetición de actos. La ventaja que tienen es que facilitan a la persona la realización de tareas que pueden ser costosas, como sucede con el estudio en los hijos.

■ Dedicar todos los días un tiempo al estudio, a la realización de las tareas. Empezar desde poco para ir subiendo según se vaya afianzando. Puede ser como tiempo orientativo, para un niño de Primaria en torno a media hora. Para uno de Secundaria alrededor de una hora.

■ Más vale poco tiempo y aprovechado que mucho y disperso.

■ Al ponerse a estudiar o trabajar darse un tiempo para cada una de las tareas que va a realizar y exigirse para tratar de hacerlo en el tiempo que se ha dado.

■ Hacerse un horario en el que haya tiempo para todo. Poner el estudio en los primeros momentos que se está más descansado.

2ª.- Estudiar los últimos días

Se caracterizan por lo siguiente:

- Estudian pero los últimos días, las últimas horas...
- Se acuestan tarde, se levantan temprano en el último momento, van a “revienta calderas” por

- el esfuerzo que hacen al final.
- Los padres pueden tener una percepción de que su hijo estudia y se ha esforzado bastante.

Estrategias de intervención:

Una de las variables que más tiene que ver con el éxito académico, es que el alumno tenga un plan de trabajo diario, así aparece en estudios experimentales. Cuando se deja para el final es imposible asimilar toda la materia, es como querernos comer en un día lo que no hemos comido en diez, por ejemplo.

- Tener un horario diario.
- Dedicar todos los días un tiempo a los repasos. Cada día de la semana a una materia, por ejemplo una hora, así se va estudiando lo que ya se ha visto y que entrará para el próximo examen.
- Que sea consciente que la estrategia de dejarlo todo para el final sirve cuando estamos en escalones inferiores en los estudios, pero al ir avanzando es imposible porque la materia a estudiar nos desbordará.

3ª.- Confundir "lo entiendo" con "ya me lo sé"

Se caracterizan por:

- Confunden el "lo entiendo" con "ya me lo sé". Leen una lección y como la entienden, ya creen que la saben y dejan de estudiar.
- Desconocen que el proceso de aprendizaje implica en un primer momento entender lo que se quiere asimilar y después tiene que haber un momento de fijación en la memoria, que se realiza a través de la repetición de los contenidos.
- Referido a las disciplinas que precisan la realización de ejercicios y prácticas, los chavales que presentan esta dificultad son aquellos alumnos que fallan en las operaciones aunque sepan como se pueden hacer los ejercicios.

Estrategias de intervención:

Se impone una tarea de clarificación al alumno para que entienda los distintos momentos que tiene el proceso de aprendizaje: comprender los mensajes, elaborar un resumen-esquemático y fijarlos en la memoria. Estos pasos se descubren tras una breve experiencia en los estudios, pero puede ocurrir en los inicios de la vida académica que omitan alguno de los pasos comentados.

- Hacer un seguimiento durante algún tiempo para comprobar que se ha entendido los pasos a seguir para estudiar un tema.
- Que se den cuenta que tareas más difíciles conllevan más esfuerzo: repetición que lo que es más sencillo.
- Preguntarles los padres lo que dicen que han estudiado para comprobar los resultados.

4ª.- Dificultades de concentración

Se caracteriza por:

- Les cuesta mucho concentrarse, les cuesta ponerse a estudiar: desde que se sientan hasta que empiezan a estudiar pasa más de media hora. Están muy "a medio gas" y se les va fácilmente la imaginación.
- Cualquier cosa que acontece a su alrededor atrae la atención y pierden el tiempo.
- Su rendimiento neto es escaso, si se entiende por tal el tiempo en general que se dedica a una actividad menos el tiempo perdido por desconcentración.

Estrategias de intervención:

Si la concentración es la capacidad de dirigir todas las capacidades del conocimiento a la realización de una tarea, se ve que nos encontramos ante una de las habilidades fundamentales en el proceso del conocimiento. Se podría decir que si no hay un mínimo de concentración es prácticamente imposible el aprender algo, por tanto, la mejora de la concentración conlleva la mejora de la capacidad de aprender.

Como todas las capacidades, el desarrollo de la concentración es consecuencia de la ejercitación de la misma, por ello es frecuente que quien más dificultades tiene en la concentración es quien menos trayectoria de estudio tiene en su vida y al contrario.

- La eliminación de los estímulos irrelevantes que puedan captar la atención de quien estudia: revistas, fotografías, prendas...
- La eliminación de estímulos a los que pueda prestar atención de tipo sonoro, p.e. la radio o visual, p.e. la televisión.
- Darse un tiempo para la realización de cada tarea o actividad y exigirse para tratar de realizarla en el tiempo previsto. No es conveniente enfrentarse a una tarea con tiempo ilimitado para realizarla.
- Hay que empezar a estudiar a una hora fija para conseguir un buen rendimiento cerebral. Si una persona se acostumbra a hacer el esfuerzo de concentrarse todos los días a la misma hora, al cabo de unos días la cabeza se concentra con más facilidad a esa hora.
- Como la concentración supone un "calentamiento mental" puede ser conveniente que antes de ponernos a estudiar dediquemos varios minutos –no más de cinco- a tachar letras que nos hemos propuesto en una hoja de periódico, p.e. las "a" que encontremos o las "o", para después a continuación pasar a la actividad que tengamos prevista.
- En la misma línea que el punto anterior podemos trabajar mentalmente series de números y letras combinándolas, p.e. sea la serie 1 2 3 4 A . Se trata de ir corriendo la letra A hasta la izquierda, así :

1 2 3 A 4 / 1 2 A 3 4 / 1 A 2 3 4 / A 1 2 3 4. Estas series se pueden complicar interviniendo más letras o números.

- Tener claras las metas. No cabe duda que cuando algo queremos de verdad y lo proponemos como meta a conseguir, movilizamos todos los recursos que tenemos para tratar de alcanzar esa meta. En la medida que tengamos más claras nuestras metas en el estudio, más concentración tendremos para conseguirla.
- Intercalar descansos. El proceso de atención tiene una curva de manera que cuando se lleva un tiempo decae. Por ello, es conveniente intercalar descansos para recuperar la concentración. Esos tiempos de descanso pueden ser por cada hora u hora y media de estudio, unos minutos de descanso –entre cinco y diez- .
- Para sujetar la imaginación lo que podemos hacer es utilizarla en el estudio: en vez de hacer el esfuerzo de cambiar de pensamientos y empezar de nuevo cada vez que se nos va, hay que poner la imaginación en cada tema de estudio. Si está con volcanes, que se imagine cómo son, la lava que echan, etc. Eso ayuda también a que se grabe mejor las lecciones.

5ª.- Dificultades en la lectura

La lectura y su comprensión constituyen las herramientas de trabajo de nuestro intelecto. Las dificultades que tengan nuestros hijos en la lectura de inmediato se trasladarán en el aprendizaje.

Las dificultades en la lectura se caracterizan por:

- No tener la suficiente velocidad lectora y comprensión de los textos que se leen. Tener que volver a leer algo para enterarse del texto.
- Tener una pobreza de vocabulario significativa que se nota en las dificultades que se tienen para saber el significado de palabras de uso bastante habitual.

- Tener dificultades en la expresión escrita para realizar textos con estructuras correctas y claras.
- Tener tendencia a postergar las tareas. Se siente un rechazo a la lectura como medio de entretenimiento.

Si hay un problema más serio de fondo como puede ser la dislexia habrá que acudir al especialista para su solución, pues no basta con estudiar más.

Estrategias de intervención:

La habilidad lectora como cualquier otra habilidad se desarrolla con el entrenamiento, es por ello que la primera tarea a realizar es el ejercicio. Todos los días dedicar un tiempo a leer en voz alta para adquirir una entonación correcta que ayuda a la comprensión. Volver a repetir la lectura del mismo texto tratando de reducir el tiempo que se tarda en leerlo sin que afecte a la correcta entonación.

■ Hacerse preguntas sobre un texto leído acerca de las ideas más importantes que hay en el mismo.

■ Corrigiéndole los defectos de lectura ayudándole a hacerse un cuadernito de vocabulario. Con ese pequeño diccionario personal tendrá que hacer ejercicios con las palabras desconocidas.

6ª.- Lagunas en las materias. Falta base

Se caracteriza por:

Tener dificultades en las materias en que sus contenidos tienen una gran conexión entre unas partes y otras, p. e. las matemáticas. Es como una escalera con bastantes peldaños entre los que se da una continuidad. De igual manera que si en una escalera falta un escalón, no impide su utilización, pero cuando son varios seguidos se hace imposible transitar por ella, así en una materia que falte un escalón – conocimientos de unos contenidos previos- se puede superar con atención especial. Pero cuando faltan varios escalones –es decir, áreas importantes para proseguir estudios posteriores- es muy difícil avanzar en el estudio adecuadamente.

No tener asimiladas unas estructuras básicas de los contenidos de las diversas áreas, como consecuencia de un estudio para salir del paso en cursos anteriores.

Estrategias de intervención:

■ Dedicación de un tiempo especial a tratar de remediar esa laguna. Puede ser a través de un hermano mayor, los padres o un profesor particular. Se entiende que esta ayuda es complementaria a la marcha de las clases y por tanto, supeditada a éstas.

■ Potenciar las técnicas de estudio, no tener las suficientes habilidades para estudiar suele dejar lagunas en las materias que se han estudiado.

7ª.- Ansiedad ante los exámenes

Se caracteriza por:

- Miedo a suspender o por tener un exceso de responsabilidad que les lleva a angustiarse. Suelen ser buenos estudiantes. Comienzan a estudiar y como salen con el gran miedo a suspender, se angustian. Quizá tras un año de malas experiencias, de un fracaso, de haber suspendido muchas... pierden la confianza en sí mismos y se sienten agobiados.

- Tener en los días previos y/o en la realización de los exámenes un nivel de ansiedad o nerviosismo claramente por encima de lo normal. Hay que decir que los exámenes son situaciones generadoras de ansiedad para todos, pero hay una parte del alumnado que responde de manera sobredimensionada en este aspecto, teniendo un efecto negativo para el rendimiento en los exámenes.
- La persona tiene pensamientos negativos y catastrofistas sobre los resultados que va a obtener. Anticipa que suspenderá, que no rinde, que se vendrá abajo....
- Tener una activación de algunos sistemas fisiológicos de la persona, así en el sistema digestivo se suele tener sensación de nudo en el estómago, duermen mal, le sudan las manos, dificultades en poder desayunar porque se puede vomitar.....Aparece tensión muscular en algunos miembros como brazos, espalda o piernas. Pueden darse también palpitaciones.
- Presentar movimientos o acciones automáticas que no puede controlar como comerse las uñas, necesidad de mover la pierna, dar toquitos con el bolígrafo en la mesa...

Estrategias de intervención:

■ Es muy conveniente que se le explique de manera didáctica qué es lo que le está pasando y que sepa que tiene remedio lo que tanto le está afectando.

■ Explicarle que la ansiedad se manifiesta en tres niveles de respuesta. El primero es a través de los pensamientos negativos que tiene. El segundo a través de los sistemas fisiológicos de la persona: sudoración, palpitaciones, nudo en el estómago, y el tercer nivel se manifiesta a través de la necesidad de movimientos que tiene, que le puede llevar hasta el abandono del examen.

■ Intervenir en los tres niveles anteriores con distintas estrategias. Respecto de los pensamientos, cortando los negativos y catastrofistas, centrando la atención en lo que tengo que hacer aquí y ahora, no compararme con los demás en cuanto a lo que tienen hecho del examen, etc. Respecto del segundo nivel fisiológico, enseñando a nuestros hijos a relajarse. Es conveniente que practiquen algún deporte, pues tiene un efecto relajador. En el tercer nivel conviene que nunca abandonen el examen por mal que se puedan encontrar haciéndolo.

Todas estas estrategias requieren un entrenamiento y por tanto, tiempo y perseverancia por delante para que se puedan notar los resultados.

Para más información, consultar de nuestra web temática "Orientación Educativa" el artículo: [Ansiedad ante los exámenes](#)





● ¿Qué hay sobre el fracaso escolar?

Actualmente estamos siendo testigos de una realidad que salta a los medios de comunicación en relación con el sistema educativo, o más bien, con su estado de salud, y es el consabido FRACASO ESCOLAR: ¿realmente hay tanto fracaso escolar como se dice?; si es así, ¿sabemos de forma fiable en qué etapas se da más y/o menos?; ¿coinciden los expertos en las causas que lo provocan?, ¿y en las consecuencias?, ¿y en las posibles soluciones tanto desde casa como desde el mismo sistema educativo?; ¿es verdad que España registra más fracaso escolar que los países de su entorno? Por último, ¿si esto es una realidad que se manifiesta desde hace años, incluso décadas, qué es lo que impide poner freno y darle solución? En este artículo intentaremos reflexionar sobre estos puntos y alguno más.

Es preciso, antes de nada, intentar definir qué entendemos por **FRACASO ESCOLAR**. En primer lugar, hablamos de fracaso escolar cuando un alumno no consigue los objetivos propuestos para su nivel y edad y existe un desaprovechamiento real de sus recursos intelectuales. Es decir, en principio, el sistema se plantea unos objetivos determinados para los individuos de una cierta edad y en el momento que esos objetivos no se cumplen, hablamos de fracaso. Por tanto, visto así, el fracaso afecta a todos y la punta del iceberg es el alumno que no tiene éxito. Luego, podemos deducir, que es una persona, un miembro de la sociedad que necesita ayuda y la sociedad tiene que saber responderle..., ¿en verdad es así?

Y es que ¿es verdad, tal y como decíamos al principio, que existe tanto fracaso escolar? Veamos con qué DATOS y estudios contamos. Parece ser que el 72% del desempleo de los menores de 25 años tiene relación estrecha con el abandono de los estudios y el fracaso escolar. Así y según el Instituto Nacional de Calidad y Evaluación (INCE), casi la tercera parte de los alumnos adolescentes de España, estudiantes de ESO, obtiene calificaciones negativas. En la enseñanza media, un 32% de los alumnos repite curso, un 35% no termina con éxito 2º de ESO, el 48% no supera el bachiller y en la universidad el abandono de los estudios ronda el 50%.

Los datos manejados unidos al elevado nivel de absentismo y de abandono exigen una acción global.

Además en España uno de cada cuatro niños fracasa en sus estudios, con los consiguientes problemas que conlleva a nivel psicológico, emocional, de autoestima, etc. Por materias, es en las áreas instrumentales (Matemáticas, Lengua) donde aparece mayor fracaso muerte afecta a todos los humanos.

En otro documento al que hemos tenido acceso leemos que un estudio realizado por el Instituto Nacional de Evaluación y Calidad del Sistema Educativo (INECSE) confirma que la mitad de los alumnos españoles corre el riesgo de no acabar el Bachillerato o la Formación Profesional. Este informe pone de manifiesto el gran porcentaje de estudiantes que abandona de manera prematura el sistema: ni más ni menos que el 29% de las personas entre 18 y 24 años abandonaron en 2003 sus estudios antes de obtener el título correspondiente. Estos datos corroboran el último informe PISA en el que España quedaba por debajo de la media europea en alguna materia como Matemáticas.

Las chicas, globalmente, obtienen mejores resultados que los chicos en todas las pruebas y todos los niveles.

Los datos anteriores varían de unos informes a otros pero podemos concluir que sólo un 2% de los fracasos se debe a factores intelectuales, mientras que alrededor de un 29% está originado por trastornos de aprendizaje, entre los que destacamos la dislexia. La misma proporción se debe a factores emocionales de todo tipo y un importante 10% se debe al Trastorno de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH) Por último hay que decir que el fracaso escolar puede deberse a las dificultades acumuladas en el aprendizaje después de varios cursos.

Todos los informes que podamos utilizar vienen a coincidir en que el niño tiene problemas de lectura y comprensión, que es lento a la hora de captar el lenguaje oral, que le falta concentración, que su nivel de atención es inconstante e insuficiente, que no está conectado en tiempo real a lo que sucede, que no es maduro para entender lo que pasa a su alrededor, que no es capaz de mantener una postura adecuada, que es desordenado, ...Ante toda esta información, seguimos insistiendo, ¿cuáles son las causas de esta situación?

Las causas más reseñables son los trastornos de aprendizaje y los trastornos emocionales. Las podemos enumerar del siguiente modo:

1. **Intelectuales.** Como consecuencia de un desajuste entre la edad cronológica y la intelectual. Y no solo porque exista una discapacidad manifiesta sino también porque, en ocasiones, hay un bajo nivel de lectura comprensiva, asociada a una falta de vocabulario y a la falta de hábitos de lectura.

2. **Motivacionales.** Cuando no existe la actitud, la tendencia o atracción hacia el aprendizaje. La desmotivación puede venir dada, entre otros factores, por una inexistente correlación entre los contenidos impartidos en el aula y las necesidades reales de una sociedad tan cambiante como la actual. Es importante que en estos casos, el niño reciba estímulos positivos como el reconocimiento por los seres queridos, la aceptación social y el logro de metas a corto plazo.

3. **Falta de esfuerzo.** Muy unidas a las anteriores. Se trata de cuando dedica menos tiempo del necesario o no aprovecha debidamente ese tiempo al hacer un estudio con escasa intensidad, es decir, baja concentración, bajo nivel de comprensión y falta de memorización de lo estudiado.

4. **Orgánicas.** Se definen por problemas físicos que provocan cierto grado de absentismo escolar o por enfermedad crónica que genera cierto grado de cansancio en el niño.

5. **Emocionales.** Se dan tanto en niños con carencias afectivas como en niños sobreprotegidos, así como en niños hiperactivos, inseguros o con exceso de fantasía. Estas causas degeneran en trastornos del carácter acompañados de inestabilidad, cólera y reacciones negativas hacia el profesor y compañeros lo que ocasiona importantes dificultades de integración en el aula.

6. **Falta de técnicas y hábitos de estudio.** El alumnado debe aprender a aprender. Deben saber cómo se aprende y ello exige la utilización adecuada y en el momento y forma adecuados de las técnicas de estudio correctas.

7. **Programación inadecuada.** A veces existen tareas de excesiva dificultad para el nivel de maduración del alumno. Otras veces se pretende que el alumnado alcance de igual forma el mismo nivel.

Ya sabemos que las causas del fracaso escolar es múltiple y hay quien las centra en la influencia negativa de tres elementos muy conocidos en las familias de hoy día:

- La **televisión**: según la Asociación de Telespectadores y Radioyentes, los niños españoles son los más "teleadictos" de Europa con un 97% de los chicos enganchados a la televisión unas tres horas y veinte minutos diarios por término medio. La revista Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, de julio de 2005, incluye tres estudios que relacionan el uso de la televisión con las calificaciones escolares: en todos los casos, los niños que más televisión ven, sacan peores notas. Por el contrario, los niños que tienen ordenador en casa obtienen, al menos en algunos casos, mejores calificaciones.

- Los **videojuegos**: para un 60% de los niños (según la Asociación de Fabricantes de Juguetes), los videojuegos son otra forma de entretenimiento favorita. Además de las videoconsolas hay que destacar también los juegos de ordenador.

- Otros **inventos electrónicos**: aquí habría que incluir las play-station, las game-cube, las game-boy, etc.

Ante esta situación que describimos y una vez que aparece el fracaso escolar, es decir, cuando el niño empieza a traer suspensos a casa, **¿CUÁLES SON LAS REACCIONES QUE SE DAN?**

1. Una gran parte de padres tienen tendencia al **castigo** como primera reacción. El padre que recurre al castigo, a los gritos no se ha preocupado del hijo durante las 10 o 12 semanas que dura una evaluación y se limita a llevarse el gran disgusto cuando llega el boletín con las notas.

2. La reacción anterior es acompañada de una búsqueda inmediata de **profesor particular**.

3. La **humillación**. Las familias tienden a usar expresiones como "eres un vago", "no vas a ser nada en la vida", "eres un inútil", etc. Lo que se está generando es inseguridad en el chico por oír comentarios tan negativos como los anteriores.

4. **No hacer nada** después de los grandes gritos. Suele ser frecuente olvidarse del enfado cuando ha pasado un poco de tiempo y el chico vuelve a estar abandonado a su suerte. Los padres vuelven a estar inmersos en la dinámica de sus preocupaciones, del día a día y en una gran mayoría, se cae en el olvido del fracaso hasta la próxima.

5. **Búsqueda de información.** No obstante, antes de tomar decisiones precipitadas, los padres deben obtener información y la primera fuente de información es el propio niño, el supuesto "fracasado" para ver las verdaderas causas, motivos del hecho. También se puede concertar una entrevista con el tutor o con el profesor específico con quien el niño ha presentado una nota negativa.

Por tanto, ante la situación de fracaso escolar, la **FAMILIA** adopta un papel prioritario para la solución o intento

de solución del mismo llevando a cabo distintas acciones:

El papel positivo de los padres es colaborar con el profesor del colegio y sobre todo con el hijo, preocupándose por lo que hace en el centro y por los deberes diarios para casa.

1. Hay que aceptar y reconocer que el hijo tiene dificultades.
2. Demuestren que le quieren no por sus éxitos sino por él mismo.
3. La información sobre todo lo relativo al centro educativo es primordial.
4. Participen en las actividades del centro educativo que precisen la presencia de los padres.
5. Muestren predisposición y atiendan sus necesidades y preguntas en casa.
6. No cometan el error de hacerle el trabajo (deberes) con el engaño y creencia de que así le ayudan.
7. Háganle saber que no saben la respuesta a las preguntas que hace su hijo y propónganle buscar juntos la solución.
8. Potencien en el hijo la confianza en sí mismo.
9. Permítanle que tome decisiones y asuma responsabilidades.
10. No le comparen con otros miembros de la familia.
11. Sean coherentes. Si ustedes leen en casa, están transmitiendo una actitud positiva que se contagia y es más fácil compartir aficiones.
12. No asedien a su hijo con la idea del estudio.
13. Hablen con su hijo para conocer mejor el problema antes de tomar decisiones que más tarde les podrán llevar al arrepentimiento.
14. No amenacen ni castiguen; hay otros caminos como el pacto, la estimulación...
15. Enseñe (si no lo hacen en el centro educativo) a utilizar las técnicas adecuadas y a estudiar.
16. Evite transmitir mensajes negativos como "no vales", "no sabes", "eres mal alumno", etc.
17. Celebren sus éxitos por pequeños que sean.
18. Las clases particulares no siempre son la solución.
19. La ayuda de los maestros suele ser muy valiosa siempre que los padres van a ellos con una actitud adecuada. Los educadores tienen datos del rendimiento del chico y observaciones de su comportamiento en clase.
20. Tener clara la vocación profesional es la principal fuente de motivación del adolescente, por lo que es fundamental ayudarle a decidir la carrera o profesión que quiere estudiar. En este sentido, una buena orientación profesional puede dar buenos resultados (es aconsejable acudir al orientador escolar del centro educativo)
21. Enséñenle a apuntar las tareas en una agenda con precisión, a organizar el tiempo en casa (hacer horarios con tiempos de estudio y de descanso), proponerse metas cortas...

El trabajo entre padres y educadores es básico para afrontar esta realidad creciente y preocupante.

Por último nos preguntamos si toda la solución recae y la encontramos únicamente en el entorno familiar. Dicho de otra forma, **¿QUÉ PAPEL JUEGA EN TODO ESTE PROBLEMA EL SISTEMA EDUCATIVO?** Efectivamente, el sistema educativo también tiene algo que decir y hacer. Ya decíamos al principio que es un problema de todos. En resumen apuntamos algunas medidas que este sistema educativo español tan cambiante pretende aplicar como solución o lucha contra el fracaso escolar:

Los padres deben unir sus esfuerzos a los de los maestros para que la escuela pueda ejercer una acción verdaderamente intensa y duradera.

1. Competencias básicas. La lectura, la escritura y el cálculo (matemáticas) son los pilares en los que se basará el aprendizaje del alumnado.

2. Repetir curso.
3. Examen de recuperación o extraordinario.
4. Las evaluaciones de diagnóstico en distintos momentos educativos pretenden velar por el estado de salud del sistema.
5. Educación infantil gratuita.
6. Más recursos para los idiomas extranjeros.
7. Autonomía de los centros.
8. Financiación.

[CRÉDITOS](#)[ENLACES](#)

© Ministerio de Educación
[Instituto de Tecnologías Educativas](#)

Información general : webmaster@ite.educacion.es
C/ Torrelaguna 58. 28027 Madrid - Tlf: 913 778 300. Fax: 913 680 709



🟡 ¿Problemas entre los hijos y el colegio?

Los padres, en ocasiones, se enfrentan a la educación de sus hijos con temores de no poder estar a la altura de los tiempos y los métodos educativos. Pero no hay por qué sentirse así, no hace falta ser una persona de gran cultura, ni gran nivel intelectual ni adquirir métodos de aprendizaje especiales. Lo más importante que debemos tener es una actitud positiva y unos expectativas razonables.

Existe un **objetivo primordial**: desarrollar en los hijos un fuerte deseo de aprender acompañado de un sentido de la responsabilidad y confianza en sí mismo para llevar a cabo las tareas escolares. Los padres deben ser defensores de los hijos, guiarlos, apoyarlos y saber también quedar en la sombra para que ellos asuman sus responsabilidades en el colegio.

Favorecer una actitud positiva en los hijos, darles motivaciones y fomentar el deseo de aprender, garantiza el éxito en el colegio.

Si un hijo quiere aprender y está convencido de que el colegio es importante, el éxito está garantizado. El **objetivo de los padres** debe dirigirse a fomentar una actitud positiva en los hijos y a darles motivaciones para tener éxito en el colegio, cuanto antes, mejor.

La **actitud de los padres** ante el colegio y el modo de comunicarla ejercen una fuerte influencia en los sentimientos de los niños. Aún así, existen algunos **PROBLEMAS** que trataremos de resolver. Uno de ellos surge cuando el hijo se queja del colegio; otro, cuando es el colegio el que se queja del niño; y, por último, podemos hablar de cuando el profesor y el niño no se llevan bien, es decir, no hay entendimiento entre ellos. Analicemos cada uno de estos supuestos.

La primera cuestión que nos podemos plantear es cuando **EL HIJO SE QUEJA DEL COLEGIO**. En primer lugar hay que tener cuidado a la hora de interpretar sus quejas, asegurarse que no existe una razón de fondo mas grave. Las quejas obedecen a diversas **razones**:

- Algo o alguien le molesta.
- Quiere encubrir algo más serio.
- Quiere llamar la atención de los padres.

Algunas **quejas** reflejan luchas infantiles noraes que forman parte del desarrollo sano de cualquier niño. Los padres deben escuchar las quejas para que el niño no piense que no se le toma en serio y aprender o distinguir si surgen de un problema real en el colegio o no. La mayoría de los niños no son capaces de describir con exactitud lo que les molesta y utilizan el colegio como un todo ya que así es un objetivo fácil. Si se quejan de algo que nadie puede comprobar pueden obtener comprensión, desviando la atención sobre el colegio en general, frente al cual los padres ejercen poco control.

Escuchar a nuestros hijos es muy importante para aprender a diferenciar si los problemas proceden realmente del colegio.

Otro motivo de queja es la injusticia. Cuando el niño es uno más entre centenares y tiene que ajustarse a un complejo sistema de normas y reglas, es raro que no se sienta injustamente tratado en algún momento de su vida escolar. Una

situación injusta que se suele dar en los colegios es la que se llama "de reacción posterior": *un niño hace algo a posteriori en reacción a algo que le han hecho a él*. Lo podemos describir mejor con un ejemplo: un niño le hace algo a otro (el profesor no mira). El segundo niño reacciona atrayendo la atención del profesor quien ve la segunda reacción pero no quién la provocó. El segundo niño recibe el castigo. Los profesores son humanos y tienen sus defectos como cualquier otro profesional. Uno de ellos consiste en la humana tendencia de tratar a los niños de forma desigual. En ocasiones el profesor "etiqueta" al niño al que le resulta difícil librarse de ella.

Existen otros motivos por los que el niño puede quejarse, como son:

- ✓ El niño tiene dificultades con el profesor, con algunas asignaturas o con las normas del colegio.
- ✓ Algún/os niño/s se ensañan con él, le toman el pelo, le excluyen del juego o maltratan.
- ✓ Síndrome de separación: cuando pasa de la guardería al colegio. En este caso el niño se quejará de todo e incluso puede ponerse enfermo.
- ✓ Hay niños que dominan la frustración mejor que otros. Cuando no se consigue puede aparecer esto: "el profesor la ha tomado conmigo".
- ✓ Los niños que han dejado de ser dirigentes ya sea por haber perdido a sus amigos (cambio de colegio) o ven que su papel no es valorado, empiezan a quejarse de todo y a culpar al profesor o al colegio de su "marginación".
- ✓ El niño se queja del colegio para llamar la atención de sus padres.

- ✓ El niño siente temor al fracaso aún cuando tenga éxito. Como el colegio provoca tensión, lo consideran responsable de sus males.
- ✓ En muchos casos si el profesor conociera la situación tendría capacidad de solucionarla, pero él no es adivino... Solución: hay que transmitirle al niño la necesidad de que comunique sus necesidades y sentimientos.

Ya hemos visto diversos tipos de quejas que puede hacer el niño en relación con el colegio. Es necesario que llegado a este punto analicemos **¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES?**. Explicaremos las distintas posibilidades a través de los siguientes puntos:

1. Hablar y escuchar. Aceptar lo que dice el niño sin juzgarlo y animarle a hablar libremente para obtener una visión global de los motivos de la queja.
2. Proporcionar directrices. Si le preguntamos: ¿qué crees que debes hacer?, ¿cómo puedes solucionar el problema?, ¿lo has discutido con tus amigos del colegio?, etc., guiaremos al niño a la raíz del problema y a que acepte la responsabilidad de resolver por sí mismo el problema.
3. ¿Qué quieres que haga?. Hay que conocer los deseos del niño ya que a veces quieren quejarse pero no que los padres intervengan.
4. Consultar en el colegio. Dependerá de la gravedad de la queja y de si el niño ha pedido nuestra intervención. Si la queja es seria y tiene fundamento hay que concertar una cita con el profesor, el niño y los padres.
5. Investigar el problema. La reunión no debe centrarse en adjudicar culpas sino en investigar el problema.
6. Trazar un plan. Ayudar al niño a averiguar lo que debe hacer en la siguiente ocasión.
7. Preguntar. Hablar con el niño de vez en cuando para saber cómo van las cosas. Esta medida es preventiva y de esta forma garantizamos estar debidamente informados lo que tranquiliza a todos, tanto al niño como a los padres.

Hasta el momento hemos analizado la situación que se produce cuando el niño se queja del colegio y qué pueden hacer los padres. Es necesario también reflexionar sobre la situación que se produce cuando **EL COLEGIO SE QUEJA DEL NIÑO**. Se produce la queja cuando la actuación o conducta del niño dificulta el funcionamiento de otros alumnos o el niño no respeta ciertas normas. Ante esta realidad los padres deben tomarse en serio estas **quejas**:

- El niño se resiste a la autoridad.
- Maltrata a otros.
- Muestra falta de respeto a los adultos.
- Lleva objetos o sustancias prohibidas a las aulas.
- Destruye propiedades del colegio.
- Muestra incapacidad para dominar sus impulsos.

Como **sugerencias para solucionar estos problemas** tanto si se está de acuerdo con el colegio como si no, podemos dar las siguientes:

- Oír ambas partes para llegar a la raíz del problema.
- Fijar el objetivo de conciliar las opiniones de todos los implicados en la situación.
- Procurar no culpar a alguien en concreto, y si la situación requiere un castigo no eximir a las partes culpables de las consecuencias (tampoco al niño).
- Los padres deben averiguar de qué es responsable su hijo y admitirlo. El niño debe tomar conciencia de su responsabilidad y el colegio evitar que se convierta en víctima al niño.
- Llegar a acuerdos y soluciones.
- Establecer líneas de comunicación; qué hacer en casa y qué en el colegio.
- Si los padres consideran justo el castigo, no prolongarlo en casa. Si hay que reforzar con restricciones en casa hay que hacerlo en un periodo limitado.
- Si los padres piensan que el colegio trata la situación de forma injusta o erróneamente no hay que someterse. Esto demuestra que no se han establecido relaciones adecuadas.

- Más vale mantener el tipo y la sonrisa. Que el colegio conozca a los padres equivale a tener una póliza de seguros.

Por último, cabe hablar de otro tipo de conflictos que nacen de las relaciones interpersonales y son aquellas situaciones que se resumen en que **EL PROFESOR Y EL NIÑO NO SE LLEVAN BIEN**. Generalmente los profesores sienten un profundo cariño por sus alumnos y los niños les recuerdan durante toda su vida. Pero existe la posibilidad de que no se entiendan. Son varias las **razones** que originan el conflicto:

- La relación empezó mal.
- Hay "conflicto de caracteres".
- Hay postura punitiva del profesor injustamente.
- El profesor ha herido con sus palabras al niño.
- El niño se ha esforzado por adaptarse sin conseguirlo, etc.
- El niño reta al profesor para llamar la atención.
- Al niño le cuesta vivir las normas de funcionamiento del grupo-clase.

Para resolver la situación hemos de tener en cuenta a la apreciación de todas las partes implicadas, es decir, el profesor y el niño. Los padres deberán ser los defensores de la verdad de la situación, y si es su hijo la causa principal del conflicto elaborar la respuesta educativa correcta en colaboración con el centro educativo. De igual manera colaborar con el centro para introducir los cambios oportunos en el profesorado.

El **primer paso** es hablar con el profesor y en segundo término con el tutor, jefe de estudios e incluso el director. Esta reunión será entre padres, profesor y tutor-jefe de estudios-director (depende de la complicación del caso e implicación del equipo directivo). Normalmente estas actuaciones nos llevarán a feliz término pero si no fuera así, habría que valorar otras opciones: Posibilidad de que pasara con otro profesor, consultar con el Consejo Escolar...

Como **resumen** diremos que si cubrimos las necesidades de la Educación Preescolar, Infantil y Primaria estaremos ayudando a que nuestros hijos triunfen en el colegio ya que ésta época es fundamental en la vida escolar y a menudo no es atendida y valorada por los padres. No olvidemos que el niño que necesita ayuda en la Educación Secundaria quizá no recibiera la guía paterna desde el principio y en esto consiste la base de todo.

[CRÉDITOS](#)[ENLACES](#)



🔴 ¿Para aprender hay que esforzarse?⁽¹⁾

En el artículo titulado “El valor del esfuerzo en la formación de la persona” se analiza qué se entiende por esfuerzo, cuál es la importancia que el Sistema Educativo da al esfuerzo, la relación del esfuerzo como valor de la persona con otros valores como la disciplina, la obediencia, el trabajo bien hecho, etc.

En el presente artículo queremos reflexionar sobre las posibilidades que existen de fomentar el valor del esfuerzo en el niño, la importancia que tiene el esfuerzo de la persona para un mejor aprendizaje, veremos cómo sí es posible que su hijo aprenda a esforzarse y enumeraremos (además de las ya citadas en el artículo citado) unas pautas concretas que usted, padre/madre, puede poner en práctica para ayudar a su hij@ a esforzarse.

Por **ESFUERZO** entendemos la “acción enérgica del cuerpo o del espíritu para conseguir algo”. También “empleo de elementos costosos en la consecución de algún fin” (Diccionario Espasa Calpe, 2001).

Algunos autores afirman que existe aprendizaje sin esfuerzo. Parte de verdad tienen porque hay que recordar que buena parte de las competencias funcionales que el individuo adquiere (la comunicación, la capacidad de andar, etc) se aprenden con muy poco esfuerzo. Si consideramos la segunda acepción de la definición de esfuerzo que hemos citado, el esfuerzo supone poner en juego “elementos costosos” ante una tarea, planificar los pasos que deberán realizarse, anticipar sus consecuencias, pensar en indicadores de progreso, supervisar la actividad mientras se realiza, revisar los resultados intermedios, introducir las correcciones necesarias, buscar alternativas de solución a un incidente no previsto,

El esfuerzo sólo conduce a un aprendizaje de calidad cuando es un esfuerzo con sentido, y la exigencia sólo genera un esfuerzo de este tipo cuando es portadora de sentido.

evaluar la adecuación del proceso seguido y la pertinencia del producto obtenido, aprender de los errores cometidos para próximas tareas, y esto sustentado sobre mecanismos de automotivación que la persona debe crear como alimentar el propio interés, controlar la ansiedad, reducir los sentimientos de miedo a fracasar, persistir en el empeño, o pedir apoyo y ayuda cuando sea necesario.

Según lo anterior, **el esfuerzo es también una cuestión de grado** como sucede con la motivación. No hay una sola manera de esforzarse, sino muchas. El simple hecho de escuchar un momento a un adulto supone para muchos niños un esfuerzo enorme aunque no se impliquen en absoluto en la explicación. Debemos tener en cuenta que **el esfuerzo en sí mismo no garantiza el aprendizaje**. Sin esfuerzo es difícil que haya aprendizaje, pero a menudo el simple esfuerzo conduce únicamente al hastío o a aprendizajes de ínfima calidad.

EL ESFUERZO SE APRENDE. Hay quien dice que todo aprendizaje implica un esfuerzo. Un factor determinante del éxito escolar en todas sus etapas es el desarrollo, cultivo y afianzamiento de la voluntad de aprender. Esta voluntad de aprender posee un doble sentido: por un lado, se trata de un querer saber (actitud de atención hacia el mundo, nosotros mismos, etc.).

Por otro, es también un querer poner los medios para saber: quiere decir, estar dispuesto a movilizar la mayor cantidad de recursos posible para conseguir el aprendizaje mediante el esfuerzo. Es preciso presentar el esfuerzo como un progreso sostenido a lo largo de un proceso de aprendizaje.

La capacidad de esforzarse se aprende y puede potenciarse si se emplean las estrategias adecuadas.

Es en el periodo de 3 a 5 años cuando se deben establecer las bases para que el individuo pueda ir interiorizando la necesidad de esforzarse como parte esencial de su responsabilidad en el proceso educativo.

Para el aprendizaje del esfuerzo contamos con una serie de principios que orientan la enseñanza de estrategias de autorregulación del esfuerzo. Estos principios son tres:

- Las estrategias se deben centrar en la comprensión de la necesidad de esforzarse en determinadas circunstancias y de ajustar ese esfuerzo al objetivo y condiciones de la tarea en cuestión.
- Las estrategias han de permitir al niño tomar conciencia del conjunto de decisiones y operaciones mentales que pueden facilitar el mantenimiento y regulación de su esfuerzo.
- Las estrategias han de focalizar el trabajo en la gestión de los factores emocionales que acostumbran a acompañar a aquellas actividades que exigen un cierto nivel de esfuerzo como pueden ser la ansiedad, el desánimo, la impotencia, la incertidumbre, etc.

Teniendo en cuenta estos principios, desde el primer momento, el adulto debe poner en juego una serie de

La estrategia más adecuada para estimular el esfuerzo es el de valorarlo.

estrategias que se resumen en favorecer el interés y anclar en esa actitud las exigencias de un rendimiento cada vez mayor.

Los padres deben saber que en el Sistema Educativo se busca alcanzar la finalidad de la personalización del esfuerzo a través de los siguientes objetivos que también se han de buscar en el ámbito familiar:

1. Suscitar el interés de los chicos, diseñando una variedad de actividades motivadoras que promuevan o faciliten el esfuerzo y logren captar el interés del niño.
2. Ayudar a organizar la información y ofrecer las herramientas necesarias que posibiliten la adquisición de los conocimientos y refuercen la confianza en las propias capacidades.
3. Diseñar estrategias para superar las dificultades, disfrutar los logros y compartir unas y otras experiencias con los demás.
4. Mantener la continuidad en la exigencia.

Pero no en todos los ámbitos familiares se fomenta de igual manera el esfuerzo. Así nos encontramos distintas formas de actuar⁽²⁾ o **PATRONES DE CONDUCTA FAMILIAR** a la hora de inculcar en los niños este valor:

1. No querer traumatizar a los niños obligándoles a esforzarse. Creen que “bastante se han esforzado y se esfuerzan ya ellos”.
2. Incoherencia al obligar a sus hijos a esforzarse en determinados ámbitos, generalmente el académico, y no mostrar la misma firmeza ante otras cuestiones como pueden ser asumir responsabilidades en cuanto a hábitos de autocuidado, compartir tareas de la casa, prescindir de algo en beneficio de los demás..., convirtiéndose en “asistentes” de sus hijos y colaboran con la ingenua creencia de que si les liberan de estas tareas van a tener más energías y tiempo para estudiar.
3. Transmitirles un doble mensaje contradictorio: uno de modo explícito que consiste en insistir en el valor del esfuerzo para alcanzar y mantener metas de tipo material o de estatus social y otro implícito por la realidad percibida por el niño de unos padres insatisfechos por una vida extremadamente competitiva, falta de tiempo, estrés, etc. que hace preguntarse a los hijos si merece la pena esforzarse para alcanzar ese resultado.
4. Creer que es mejor no intervenir directamente en la educación de sus hijos “que la vida ya les enseñará lo que deben hacer y lo que cuesta ganarse las cosas” o bien “que la naturaleza ya se encargará de hacer su trabajo e irlos madurando”.
5. Pensar que la motivación implica entretenimiento y que básicamente ha de venir la escuela. “Mi hijo no aprende porque la escuela, los profesores o el método empleado no son atractivos para él”.
6. Obstinar en que sus hijos se esfuercen por alcanzar metas adecuadas desde el punto de vista paterno, sin tener en cuenta las capacidades, motivaciones o intereses del niño.
7. Fijar la atención solamente en los comportamientos inadecuados y en las equivocaciones, potenciando, así, la inseguridad y la apatía.
8. Fomentar diferencias entre los roles de género, reforzando la elección de caminos distintos en función del sexo.

El problema con el que nos encontramos los adultos es que debemos enseñar a los niños a esforzarse, a comprender el valor y el sentido del esfuerzo, a esforzarse en la dirección adecuada. Para enseñar a esforzarse es imprescindible transmitir los **BENEFICIOS DEL ESFUERZO**. En primer lugar los **conocimientos** que producen una satisfacción íntima, ayudan a comprenderse a sí mismo y al mundo en el que nos ha tocado vivir. Nos ayudan a encontrar respuesta a las muchas preguntas que nos surgen; conocer las propias limitaciones y tener el valor suficiente para seguir arrancándole a la vida los innumerables secretos que encierra. En segundo lugar, los **productos del conocimiento** ya que gracias a ellos, el hombre ha evolucionado y ha conseguido mejorar su calidad de vida. Por último, el desarrollo de la propia personalidad. Con el esfuerzo, el hombre consigue el máximo de sí mismo.

BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON EL TEMA:

ALONSO TAPIA, J.: “*Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*”
Edebé. Barcelona, 1997

BELTRÁN, J.A.; PÉREZ, L.: “*Educación para el siglo XXI*”
Síntesis. Madrid, 2000

ESCAÑO, J.; GIL DE LA SERNA, M.: “*¿Favorecemos que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio? Cuestionario para padres y madres*”
Aula de Innovación Educativa, nº 95. 2000

HUGUET, T.: “*El papel de la familia en la motivación escolar del alumnado*”
Aula de Innovación Educativa, nº 101

MARINA, J.A.: “*El misterio de la voluntad perdida*”
Anagrama. Barcelona, 1997

MONEREO, C.: “*Ser estratégico y autónomo aprendiendo. Unidades de enseñanza estratégica para la ESO*”
Graó. Barcelona, 2001

PÉREZ, L.; DOMÍNGUEZ, P.; DÍAZ, O.: *“La educación de los más capaces: guía para educadores”*
MEC. Madrid, 1998

NOTAS AL PIE

- (1) Artículo relacionado con el titulado “El valor del esfuerzo en la formación de la persona”
- (2) Teresa López López y Rosa Mª Sáez en “Comunicación y colaboración con las familias para promover el esfuerzo escolar de sus hijos” en Aula de Innovación Educativa, nº 1200

[CRÉDITOS](#)[ENLACES](#)

Consejos para ver TV en familia

“Dedicar más de 60 minutos diarios a ver la televisión disminuye el rendimiento académico de los niños”

Según un estudio de Kantar Media sobre los hábitos televisivos en 15 países, en España los **niños y jóvenes ven una media de más de tres horas de televisión al día**. La crisis económica ha aumentado el tiempo que los niños dedican a la televisión, aumentando todavía más en las clases económicas desfavorecidas. En cambio, en las clases sociales altas, el consumo de televisión ha disminuido en una hora diaria. La brecha entre las clases sociales se amplía de muy diversas formas. Dedicar **más tiempo del recomendable** a ver la televisión **resta tiempo** a hacer actividades enriquecedoras, que faciliten la interacción con la familia. Supone otras limitaciones, como educar de forma distorsionada y limitadora respecto al uso del tiempo libre. Demasiada televisión también **inhibe la realización de actividad física**, con lo cual aumenta el riesgo de obesidad y otras patologías relacionadas con la falta de ejercicio. Y, lo más importante: **limita el tiempo que debe ser destinado al juego, la interacción con la familia y otras personas y la creatividad**. La televisión sin control expone a nuestros hijos a peligros de los cuales debemos protegerles. Entre ellos, el de las empresas que publicitan sus productos a través de los medios, haciendo servir todo tipo de estrategias para llegar a nuestros hijos. En el momento actual niños, adolescentes y jóvenes son el objetivo de una sociedad que busca consumidores, potenciales compradores a los que hay que seducir: se busca conseguir que deseen comprar, a veces, a cualquier precio. Esta sociedad, basada en el consumo sin límites transmite unos determinados valores ante los que las familias debemos **posicionarnos**: ¿Acepto lo que me exponen o lo cuestiono? Quienes, desde luego, tienen pocas opciones para escoger de una manera crítica y pocos recursos para protegerse del acoso de la publicidad de los anuncios y de la publicidad subliminal de los programas de televisión son los menores: nuestros hijos. El consumo ilimitado es imposible y confundir la felicidad con el consumo es un error vital que debemos superar. Los diversos canales de televisión no son ni lo responsables ni lo éticos que debieran ser, por ello, deben ser sometidos a control para proteger los derechos de los niños. Pero no existe mejor control que el que podemos ejercer los padres desde el hogar.

Aspectos positivos de la televisión. Tiene muchos, pero en la dosis adecuada. Debemos elegir, debemos programar qué queremos ver y qué conviene a nuestros pequeños. Existen cadenas nacionales que no emiten anuncios, como la primera y la 2, de Televisión Española. También tenemos a nuestra disposición magníficos programas, series y películas de gran valor educativo que podemos disfrutar y compartir en familia. En nuestro país se recomienda que se dedique un máximo de UNA HORA AL DÍA a ver la televisión. Un uso positivo, intencional y educativo de la televisión puede convertirse en un medio sano de entretenimiento, nos brinda una ocasión para hacer una actividad en familia y es un medio eficaz para estimular y complementar la educación de nuestros hijos.

A continuación, reproduzco los 27 consejos prácticos para ver la televisión en familia que propone FEDEPADRE (organización chilena de padres). El fin es el de promover el uso positivo de la Televisión. El texto está adaptado a los vocablos españoles que utilizamos habitualmente.

27 Consejos para ver TV en familia. (Fuente: FEDEPADRES, Chile)

1-. Los hijos deben ser enseñados por sus familias, tanto a ver espacios televisivos gratificantes y enriquecedores, como a no ver aquellos que le puedan degradar en su dignidad humana. Si las familias no enseñamos a ver televisión a nuestros hijos, ¿quién lo hará?

2-. Tenemos que enseñar a los hijos a que no hay que “ver televisión”, sino que hay que ver programas de televisión. Así podremos desarrollar la capacidad de selección y discriminación, que nos habilitará para ver aquello que nos conviene y no mirar aquello que no nos conviene ver. Debemos preguntar a nuestros hijos ¿Qué queréis ver?, en lugar de preguntar ¿Queréis ver televisión?

3-. Para crear un criterio de selección al momento de ver televisión, debemos evitar tener encendida la televisión, cuando no hay nadie viendo un programa determinado.

4-. Un buen modo de afirmar las ideas anteriores, es no tener a mano el mando de la televisión. El “zapping”, o la costumbre de cambiar permanentemente de canal de televisión, dado que esto es contrario al criterio de selección que debemos desarrollar en nuestros hijos para ver la televisión.

5-. Nuestros hijos no deben tener un aparato de televisión en su habitación. Esta costumbre incentiva el aislamiento, provoca una adicción a la televisión y es contrario a la vida de familia. Debemos tener presente que una adicción desordenada a la televisión impide el juego de nuestros hijos, su creatividad y la convivencia familiar.

**Nota: los niños que tienen televisión en su cuarto tienen un rendimiento académico inferior a aquellos que no la tienen.*

6-. Es conveniente tener un horario preestablecido para ver programas de televisión. Como todas las cosas, la televisión tiene “su lugar” en vida familiar, junto a otras actividades.

7-. No use la televisión como una “niñera electrónica”, dado que ella no cuida verdaderamente a nuestros hijos, especialmente si los dejamos ver “lo que están dando”. Cuando ambos padres trabajan, este criterio es especialmente importante.

8-. La capacidad de imitación que tiene el niño debe ser orientada hacia el conocimiento de personajes reales y ejemplares (Por ejemplo: científicos/as, deportistas, personajes dignos de ser imitados, artistas), y no hacia “héroes imaginarios”, “monstruos” y personajes inexistentes.

9-. Echarle la culpa a la televisión es la salida fácil. Los padres no debemos cesar en la lucha porque en casa se vea buena televisión, teniendo siempre presente que nos corresponde a nosotros el deber y la responsabilidad formativa de nuestros hijos.

10-. Si puede, es muy conveniente que los padres acompañen a sus hijos mientras ven la televisión. De esta forma podremos conocer directamente los efectos que los programas que ven les producen en nuestros hijos.

11-. No todos los programas aportan lo mismo. Debemos preferir que en lo posible nuestros hijos vean aquellos espacios que tengan que ver con el desarrollo de valores, amor a la naturaleza, ocupación positiva del tiempo de ocio y cultivo de la cultura, a aquellos programas insustanciales o superficiales.

12-. No es conveniente que el niño vea el programa que se le antoje, tanto con la complicidad de su familia como a escondidas de ella. No conviene dar por sentado que todos los programas llamados “infantiles” tienen un contenido adecuado. Las familias debemos orientar a nuestros hijos en este sentido, lo que nos obliga a informarnos adecuadamente al respecto.

13-. Las familias debemos informarnos del contenido de los programas de televisión. Cualquier espacio que incluya erotismo, sexualidad, violencia, maldad, permisividad, delincuencia, racismo, etc., no es apto para niños. Y las familias deben saberlo, y evitar que sus hijos los vean. Para lograr esto, se pueden consultar guías de calificación de la programación de la televisión que se publican a instancias de organismos públicos legitimados.

14-. Hay que tener presente que los hijos deben aprender los valores morales antes que nada en el ámbito de la familia, y en la convivencia con las demás, y no en los personajes y acciones de la televisión.

15-. Las familias deben esforzarse por buscar alternativas a la televisión: deporte, visitas a museos y parques naturales, sesiones de teatro, proyección de videos, fomento de conversaciones familiares, y prácticas de acciones solidarias a favor de los demás.

16-. La “cultura de la imagen” debe llegar a los niños por medios que no sea exclusivamente la televisión, es decir, por fotografías, exposiciones, mapas y lectura.

17-. Inevitablemente, y no obstante nuestros esfuerzos, habrá contenidos televisivos contrarios a los valores familiares. Es por ello que los padres debemos fomentar que los programas sean analizados y conversados en reuniones de familia, por ejemplo en el espacio de las comidas, con la televisión apagada, claro. Esto no solo enriquece la comunicación familiar, sino que es una muy buena manera de dar un apoyo concreto a la educación de nuestros hijos, evitando que arraiguen malos contenidos televisivos en ellos.

18-. Las familias, poco a poco, pueden crear una videoteca con películas y documentales de interés para los niños.

19-. Los anuncios comerciales pueden ser tan peligrosos como los malos programas de televisión. Los padres debemos estar muy atentos para que la televisión no convierta a nuestros hijos en personas superficiales o consumidoras de todo lo que se anuncia. Nunca hay que hacer caso de la publicidad de juegos que inciten a la violencia, a la discriminación, y al racismo.

**Nota: debemos ser muy críticos ante la oferta desmesurada, promover nuestros valores frente a contravalores que se nos presentan y apagar los anuncios cuando corresponde. Considero muy importante que los anuncios sean analizados junto a ellos, desde la perspectiva moral familiar: pueden ser una gran oportunidad para confrontar los valores de los medios con aquellos que defiende nuestra unidad familiar. Hemos de aprovechar los malos programas y las malas influencias para enseñar a nuestros hijos qué es aquello que la familia rechaza (machismo, consumismo, intolerancia, discriminación, degradación, malos tratos, falta de respeto,...)*

20-. Ver o no ver televisión no debe convertirse para los niños en un premio o castigo.

21-. Las familias, deben iniciar a sus hijos, según su edad y desarrollo, en una positiva y prudente educación sexual, que evite que una imagen distorsionada de la mujer y del hombre y del sexo les sea transmitida, poco a poco, por medio de la televisión.

22-. Las familias debemos luchar para que cualquier espacio de televisión infantil, sin ética, sin respeto a los valores y a los derechos de los niños, sea tipificado como un delito por la legislación nacional. La mala televisión infantil, o “programación basura” tiene su origen en el menosprecio a la dignidad del niño como persona.

23-. No debemos dejar que nuestros hijos vean televisión basura. Si estos programas de televisión son vistos por nuestros hijos, confundirán la realidad con la ficción, se desorientarán y equivocarán al comprender y valorar el sentido de la vida, e irán deformando su propia conciencia. Transigir con la mala calidad de aquellos programas de televisión inadecuados para los niños, dejándolos que los vean, equivale a transigir y hacerse cómplice de lo que distorsiona los valores y los derechos de la infancia.

24-. Las familias debemos organizarnos para exigir una televisión adecuada en horarios infantiles. Las actitudes groseras, los hábitos y comportamientos antisociales, las obscenidades del lenguaje, la pérdida del sentido de la autoridad, la vulgaridad y la frivolidad, la apología subliminal o directa de conductas reprochables, y cualquier menosprecio a la vida humana, deben ser erradicados, especialmente de los espacios que tengan a los niños como destinatarios.

25-. Ante una programación infantil con baja, discutible y reproachable calidad, las familias deben poner en marcha una actitud crítica adecuada y constructiva. Asimismo, debemos incentivar una buena televisión, resaltando sus buenos programas.

26-. Las familias y educadores deben hacer comprender a los niños que la televisión no es imprescindible ni el único medio para llenar su tiempo libre.

27-. El ejemplo resulta una terapia eficaz. Si la familia ve mucha televisión, o televisión de mala calidad, ¿con qué criterio van a evitar que sus hijos vean aquellos programas negativos para ellos!

Y algo más:

- Recuerden evitar que los niños vean más de una hora al día de televisión.
- Se recomienda apagar la televisión durante las comidas o en las reuniones familiares.
- Eviten contradicciones entre los adultos a la hora de utilizar la televisión
- **Para los abuelos amantes de la televisión, su entretenimiento por las tardes, mientras cuidan a sus nietos:** pacten con sus hijos el tiempo que pasan con sus nietos, pero eviten condenar a sus vulnerables cabecitas a cantidades de televisión que son nocivas y están distorsionando su percepción de la realidad. Hablen de todo ello y lean junto a sus hijos éstas cuantas orientaciones.

Más información: **Els fulls de la FaPaC.**

<http://www.fapac.cat/Fulls-d-assessorament-per-a-pares-i-mares-de-l-Escola-de-Pares-de-la-FaPaC>

Recordatoris per posar a la nevera

A continuació, teniu a la vostra disposició:

1. **DIEZ COSAS PARA HACER EN CASA.** Las escuelas, los padres y el aprendizaje social y emocional. Material en espanyol procedent de casel.org, organització reconeguda internacionalment que promoguda -entre altres- per Daniel Goleman amb l'objectiu de difondre l'educació emocional i social. www.casel.org
2. **DIEZ COSAS PARA HACER CON SU ESCUELA.** Recomanacions en relació a les famílies i les escoles. També realitzada per CASEL.
3. **IDEAS PARA LOS PADRES,** sobre l'aprenentatge social i emocional. També procedents de CASEL.
4. **Hablando Sobre Las Calificaciones Escolares De Su Hijo,** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Materials que ens donen pautes sobre la forma de fer un positiu abordatge de les notes escolars. Com parlar i fer un ús positiu, de quina manera poden millorar i quines estratègies fer servir.
5. **Preparandose para Una Conferencia de: Padre—Maestro—Estudiante** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Com preparar tutories eficaces i positives. Com aprofitar millor aquella justa mitja hora per ajudar a millorar acadèmica i personalment als nostres fills i filles.
6. **La Tarea Es Formar Un Hábito,** procedent de Solid Foundation, © Copyright 2008, Academic Development Institute. Sobre hàbits i pautes d'estudi.
7. **100 maneras de ayudar a su hijo y a su escuela a tener éxito,** fullet procedent de PTA (www.pta.org), associació de famílies i docents americana que aglutina a 5.000.000 de socis. El seu eslògan és molt significatiu: CADA NIÑO, UNA VOZ. Ens indica la necessitat de superar la representació de poques persones a les escoles per passar a la participació ampla de tots i totes. Això garanteix que les necessitats i situacions particulars siguin tingudes en compte, per superar la participació de pocs i per garantir la necessària participació de tothom als centres: nens i nenes, famílies i docents. Només junts podrem construir les escoles que responguin a les peculiaritats i diversitat que les escoles engloben. És necessària la participació de tothom. El valor de cada família implicada a les escoles és equivalent a 750 euros. Quant valor generariem si tots i totes ens impliquéssim de forma efectiva a les escoles i també de forma més eficaç des de casa?

Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

Diez Cosas para Hacer en Casa

1. **Concéntrese en los puntos fuertes del niño.** Cuando su hijo(a) trae a casa un examen, háblele primero sobre lo que hizo bien. Luego háblele de lo que puede mejorar. Elogie específicamente sus puntos fuertes. No sólo critique las cosas que estén mal hechas.
2. **Haga cumplir las consecuencias de la mala conducta.** A veces los padres cuando están enojados dicen ciertas cosas que no ayudan a limitar esas conductas a largo plazo. Usted tal vez diga, "Te quedas sin televisión por un mes por lo que hiciste." Pero tanto usted como su hijo(a) saben que después de uno o dos días la TV volverá a estar encendida. Decida qué consecuencias son justas y luego hágalas cumplir.
3. **Pregúntele a los niños cómo se sienten.** Cuando usted le pregunta a su hijo(a) cómo se siente, el mensaje que le está dando es que sus sentimientos son importantes y que a usted le interesan.
4. **Encuentre maneras de permanecer calmo(a) cuando usted se enoja.** Es normal enojarse o irritarse a veces. Aprenda a reconocer las situaciones que le hacen perder los estribos y haga algo antes de perder el control. Pruebe de respirar hondo por un momento. Piense en establecer un "área tranquila" donde uno puede ir cuando está alterado(a). O simplemente usted puede dejar de hablar y salir del cuarto por un rato. Siéntense en familia y hablen acerca de qué puede hacer cada uno para mantenerse calmo.
5. **Evite humillar o burlarse de su hijo(a).** Eso puede hacer a los niños sentirse mal acerca de ellos mismos. Puede llevarlos a no tener confianza en sí mismos, y eso a su vez puede traerles problemas en su desempeño escolar, causarles enfermedades y problemas para llevarse bien con los amigos. Las críticas injustas y el sarcasmo también hacen daño a la confianza que une a los niños con sus padres. Preste atención a cómo les habla a sus hijos. Déles lugar para cometer errores a medida que aprenden cómo hacer cosas nuevas.
6. **Esté dispuesto(a) a pedir disculpas.** Los padres necesitan poder pedir disculpas a sus hijos si lo que dijeron no era lo que querían decir. Explíqueles con calma lo que usted de veras quiso decir. Al hacer esto usted les da un buen ejemplo. Les está mostrando lo importante que es pedir disculpas después de haber herido a alguien. Les está enseñando que es posible tratar de resolver problemas manteniendo el respeto por el otro.
7. **Déles a los niños la oportunidad de escoger y respete sus deseos.** Cuando los niños tienen ocasión de elegir algo, aprenden a resolver problemas. Si usted escoge por ellos, nunca aprenderán esta habilidad tan importante. Darle a los niños maneras para expresar sus preferencias y tomar decisiones les muestra que sus ideas y sus sentimientos tienen importancia.
8. **Hágales a sus niños preguntas que les ayuden a resolver solos sus problema.** Cuando un padre escucha que su hijo tiene un problema, es tentador meterse y tratar de resolverlo. Pero eso puede dañar la habilidad del niño de encontrar soluciones por su propia cuenta. Una manera de ayudarlos es hacerles preguntas útiles. Por ejemplo, "¿Qué te parece que podrías hacer en esta situación?" y "Si escoges una solución en particular, ¿qué consecuencias tendrá tu decisión?"
9. **Lean juntos libros y cuentos.** Leer cuentos en voz alta es una manera de compartir algo agradable y aprender juntos acerca de otras personas. Por ejemplo, los cuentos pueden ser una manera de explorar cómo se maneja la gente con problemas comunes como hacerse de nuevos amigos o perder un amigo, o manejar conflictos. Pídale al maestro de su hijo(a) o al bibliotecario que le recomiende cuentos sobre temas que les interesen a usted y a sus hijos.
10. **Alíentelos a compartir y ayudar.** Hay muchas maneras de hacer esto. Usted y su hijo(a) pueden preparar juntos la comida en un refugio para personas sin hogar o ir a una caminata o *walk-a-thon* para juntar fondos para alguna causa. Pueden ayudar a vecinos ancianos o a familias necesitadas. Eso les enseña a los hijos que pueden tener impacto positivo en la vida de otras personas.



Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

Diez Cosas para Hacer con su Escuela

1. **Concéntrese en la importancia de aprender.** Tómese un momento todos los días para preguntarle a su hijo(a) qué aprendió en la escuela. No se concentre solamente en matemáticas, inglés y estudios sociales. Pregúntele cómo se lleva con otros estudiantes y cómo se siente con respecto a la escuela. El aprendizaje es una actividad para toda la vida, no solamente para la escuela. Hable acerca de lo que usted haya aprendido en el curso del día.
2. **Trate de crear en su casa un ambiente positivo para el aprendizaje.** Fije horarios regulares y proporcione a su hijo(a) un lugar silencioso y bien iluminado para hacer las tareas escolares. Limite la cantidad de TV que miran. Decida con su hijo(a) las reglas con respecto a interrupciones como llamadas telefónicas o visitas. Asegúrese de que su hogar tenga bastantes libros, revistas y periódicos.
3. **Ponga en su casa una cartelera de anuncios escolares.** Coloque ahí a la vista el calendario escolar y otros anuncios de la escuela. Decidan en familia a qué eventos escolares van a asistir. Ayude a su hijo(a) a participar en actividades escolares interesantes y valiosas.
4. **Escuche cuando su hijo(a) habla sobre la escuela.** Preste atención a lo que dice su hijo(a) acerca de la escuela. Si su hijo(a) está feliz con su clase y sus actividades escolares, mande una nota o llame al maestro a agradecerle. Si su hijo(a) parece frustrado(a), aburrido(a) o parece sentirse solo(a) en la escuela, llame al maestro o consejero escolar a ver qué se puede hacer.
5. **Ayude a su hijo(a) con las tareas escolares.** Nunca haga las tareas escolares de su hijo(a). Pero ayúdelo(a). Ayude a su hijo(a) a determinar prioridades para el trabajo escolar. Por ejemplo, puede alentar a su hijo(a) a "atacar" los deberes más difíciles primero, cuando tiene más energía.
6. **Saque provecho de las juntas escolares.** Encontrar tiempo para ir a juntas escolares puede ser difícil. Muchas escuelas ofrecen horarios y lugares alternativos para que los padres hagan preguntas y hablen de soluciones para problemas comunes. A menudo en estas reuniones hay alguien que cuida a los niños. Haga de este tipo de juntas una prioridad.
7. **Done tiempo a la escuela.** Al ofrecerse de voluntario(a) en la clase, usted puede entender mejor cómo apoyar en la casa el aprendizaje de su hijo(a). Pruebe de ser "room parent" (padre o madre de salón), o ir como chaperón a funciones escolares, o ser tutor(a). Hasta los padres que trabajan de tiempo completo pueden visitar la escuela de sus hijos por la noche o en los fines de semana. Cree sus propias oportunidades si es que no existen.
8. **Asista a actividades escolares.** Siempre que sea posible, asista a las representaciones teatrales de su hijo(a), a sus eventos deportivos o ferias de ciencias. Su presencia demuestra que los intereses y el trabajo de su hijo(a) son importantes para usted. También puede darle a usted una oportunidad de conocer a otros padres y al personal escolar.
9. **Únase a un "Club de Libros acerca del Aprendizaje Social y Emocional" o empeece uno si no lo hay.** En algunas comunidades, los padres han creado clubes de lectura para aprender cómo pueden fomentar el desarrollo social y emocional de sus niños. Puede hacerse como parte de la Asociación u Organización de Padres y Maestros (PTA o PTO). También es algo que se puede hacer informalmente con amigos o padres de los compañeros de clase de su hijo(a). (Vea la breve lista de lecturas incluidas en este material.)
10. **Fomente buenas comunicaciones con la escuela.** Las buenas comunicaciones son básicas para apoyar la educación de su hijo(a). Pídale al maestro de su hijo(a) que le sugiera actividades para el hogar, para apoyar las habilidades que los niños están aprendiendo en la escuela. Pídale tareas para el hogar que incluyan directamente a los padres. Un ejemplo puede ser que los estudiantes les pregunten a sus padres sobre sus orígenes culturales o sus experiencias de trabajo.



Las Escuelas, Los Padres, y el Aprendizaje Social y Emocional

Ideas para los Padres

Trabajando juntos, las escuelas y los padres pueden fomentar el aprendizaje social y emocional de los niños (*social and emotional learning* o SEL, por sus iniciales en inglés). El aprendizaje social y emocional incluye algunas habilidades básicas:

- ◆ **Conocerse a uno mismo**—reconocer los propios sentimientos y controlar el enojo o la cólera.
- ◆ **Entender a los demás**—desarrollar empatía y ponerse en el lugar del otro.
- ◆ **Tomar decisiones responsables** y llevarlas adelante. Eso incluye considerar las consecuencias que las propias acciones tienen a largo plazo para uno mismo y para los demás.
- ◆ **Entenderse a uno mismo**—manejar las propias emociones, fijarse metas y sortear los obstáculos.
- ◆ **Construir relaciones sanas**—decir que no a la presión negativa de los pares y trabajar constructivamente en la resolución de conflictos.

Cuando los niños dominan estas habilidades, tienen más probabilidades de tener éxito en la escuela y en la vida. Son más felices y desarrollan más confianza en sí mismos. Son mejores alumnos, miembros de la familia y mejores en el trabajo. Tienen menor tendencia a tener problemas de drogas y de alcohol, a la depresión o a la violencia. El aprendizaje social y emocional es como una póliza de seguro para una vida saludable, positiva y exitosa.

El Papel de los Padres

Mucho antes de que los niños sepan decir su primera palabra o dar su primer pasito, responden cuando sus papás los tocan, responden al tono de sus voces y a sus estados de ánimo. Ése es el principio del aprendizaje sobre emociones y relaciones. Sucede tan naturalmente como ocurre el crecimiento y desarrollo de sus cuerpecitos.

“La vida en familia es nuestra primera escuela para el aprendizaje emocional”, dice el autor Daniel Goleman. En la familia, dice, “aprendemos cómo sentirnos respecto a nosotros mismos y cómo reaccionan otros ante nuestros sentimientos.” Este aprendizaje sucede tanto a través de lo que dicen y hacen los padres a sus niños, como también de cómo se tratan entre ellos.

Algunos Puntos Básicos para Tomar en Cuenta

- ◆ Los niños aprenden de sus padres importantes lecciones acerca de las emociones. Cuando los padres amenazan o castigan a los niños por demostrar sus emociones, los niños aprenden que las emociones son peligrosas y que deben guardarse dentro de uno. Eso puede llevar más adelante en la vida a la depresión o a cólera sin control. Cuando los padres no enseñan a sus hijos maneras aceptables de expresar su enojo, los niños pueden pensar que está bien estallar frente a otros o tener rabietas.
- ◆ Los padres deberían considerarse “entrenadores de emociones”. Pueden alentar a sus hijos a que usen palabras para describir sus sentimientos, como “Estoy triste” o “Eso me hizo enojar mucho” para expresar sus emociones.
- ◆ Cuando los niños aprenden a expresar sus sentimientos y respetar a los demás, se vuelven más felices y sanos. Esos niños tienen menos probabilidades de sufrir de problemas de depresión, violencia u otros problemas de salud mental a medida que van creciendo.
- ◆ Muchos programas de Aprendizaje Social y Emocional para las escuelas incluyen actividades para padres. Cuando los padres y los estudiantes practican las habilidades de SEL en la casa, los efectos son aún mayores. Además los niños llegan a reconocer que aprender es algo que se hace a lo largo de toda la vida, y no solamente algo que se termina cuando se sale de la escuela.
- ◆ A los niños les gusta que sus padres los guíen y les enseñen. Según una encuesta reciente el 86% de los muchachos de 10 a 17 años dijeron que sus padres eran influencias muy importantes en sus vidas. Sólo el 22% dijo que la televisión, las películas y la música popular eran igual de importantes. Nadie puede ocupar el lugar de los padres en la crianza de niños a quienes les importan los demás, que tienen confianza en sí mismos y son capaces.

Para mayor información, póngase en contacto con: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), University of Illinois at Chicago, Department of Psychology (MC 285), 1007 West Harrison St., Chicago, IL 60607. 312/413-1008. casel@uic.edu, www.CASEL.org



Helpful Tips for Parents

Hablando Sobre Las Calificaciones Escolares De Su Hijo

Discussing Your Child's Report Card

Una de las maneras que existe para comunicarse entre el maestro, los padres y el estudiante, es mediante las calificaciones escolares. Las calificaciones son el resultado de progreso y de los trabajos del estudiante en el curso pasado valorado por el maestro. A continuación damos algunos consejos que le pueden servir de ayuda ante una posible discusión con su hijo referente a las calificaciones escolares.

Reúnanse en privado, padres y hijos, sin ninguna distracción.

No limite el tiempo. Su hijo se merece recibir atención sin interrupciones.

Asegúrese que dispone de suficiente tiempo, poder plantear el tema relajadamente le favorecerá.

Empiece repasando lo que su hijo ha aprendido en cada asignatura del pasado curso.

Pregúntele sobre las distintas actividades llevadas a cabo entre asignaturas. Hable de su progreso.

Pregunte a su hijo cómo se determinan las calificaciones del curso.

¿por asignatura? ¿por exámenes? ¿por las tareas? ¿reportajes? ¿participación en clase?

Pregúntele si está satisfecho con las calificaciones que recibió.

Si su respuesta es “no”, pregúntele qué cree él/ella que se puede hacer para mejorarlas. Plantee en concreto los pasos que puede tomar. ¿Cómo pueden ayudar los padres?

Repase otro tema reflejado en las notas,

Por ejemplo: los comentarios del maestro, faltas de asistencia a clase, esfuerzos, conducta, actitud, etc...Escúchele mientras él le explica.

Comente con él, cuáles son sus metas para el próximo curso.

¿Son éstas unas metas razonables? ¿o son de desafío?

Ayúdele a planificar sus próximos pasos.

¿Debería su hijo hablar con el maestro para discutir sus preocupaciones, o explicarle sus nuevas metas, así como preguntar que le de consejos? ¿Necesita su hijo hacer algunos cambios dentro de sus hábitos basándose en cómo estudia en casa? ¿Tiene su hijo interés en aprender más sobre algún tópico en particular?

Hablen de los pasos que van a tomar.

Si es que su hijo decidiera hablar con el maestro ¿Va usted a interesarse en los resultados de esta reunión? ¿Cómo cree usted que puede ayudar a su hijo a lograr alcanzar su meta? Si su hijo demuestra interés en aprender más sobre algún tópico en particular ¿Qué puede usted hacer para ayudarle?

¿Qué tal si usted se reuniera con el maestro o decidiera enviarle una nota?

Como resultado de la conversación con su hijo en referencia a las notas escolares, ¿Tiene usted alguna pregunta que hacer al maestro? ¿Cree usted que ahora tiene más información sobre su hijo que el maestro debería saber? ¿Desea usted demostrar su agradecimiento al maestro por el trabajo o simplemente decir “gracias”?

Cuando todo va en orden, demuestre a su hijo su orgullo por los esfuerzos demostrados.

De esta forma siempre que sea necesario hacer cambios, su hijo sabrá que usted estará de su lado para ofrecerle apoyo. Concluya la conversación dejando una afirmada comprensión sobre los pasos que cada uno han de tomar.

Helpful Tips for Parents

Preparandose para Una Conferencia de: Padre—Maestro—Estudiante **Preparing for a Parent-Teacher-Student Conference**

Considere las sugerencias que a continuación le ofrecemos para asegurarse de que cuando usted salga de la conferencia entre padres y maestros, se lleve consigo toda la información que usted quiere.

Haga una lista de todas las preguntas que usted quiere hacer a los maestros.

Esta es su oportunidad para hacer preguntas al maestro de su hijo. Tome tiempo antes de la conferencia para hacerse una lista con las preguntas que usted quiere que le sean contestadas.

Antes de la conferencia hable con su hijo.

Hable sobre el progreso del aprendizaje de su hijo. Entérese de las actividades más recientes de la clase. Asegúrese si su hijo tiene alguna pregunta para que usted le pregunte al maestro. ¿Hay algo que le molesta a su hijo que debería saber el maestro? ¿Ha colaborado el maestro en ayudar a su hijo de alguna manera especial? Tome unas cuantas notas.

Dispóngase a dar algunas “buenas noticias” al maestro.

Los maestros necesitan y se merecen recibir buenas noticias. Esté dispuesto a informar al maestro de cuando su hijo le ha traído buenas noticias de la escuela. Acuérdesse de la ayuda especial que el maestro ofreció a su hijo, las palabras de ánimo y estímulo, los consejos sobre los temas de mayor interés de su hijo.

Hable abierta y honestamente.

Comparta sus frustraciones y éxitos con respecto a la vida escolar y familiar de su hijo. Un comprensivo entendimiento de las preocupaciones y de las prioridades de su hijo ayudará al maestro a relacionarse mejor con su hijo.

Averigüe formas para poder ayudar mejor a su hijo.

Hable con el maestro sobre las formas en que usted puede ayudar a su hijo en casa. Quizás sea proporcionándole un horario y un buen lugar de estudio. Puede que sea conversando a menudo con su hijo sobre la escuela o escuchándole leer en voz alta. Pida sugerencias al maestro.

Visualice a su hijo mediante los ojos del maestro.

Algunos niños se comportan en la casa muy diferentemente a como se comportan en la escuela. Aproveche la conferencia para saber más del comportamiento de su hijo, también para ayudar a que el maestro entienda mejor a su hijo.

Expresa sus preocupaciones.

No tenga miedo de expresar su preocupación con respecto al rendimiento en la escuela de su hijo, el ambiente de la clase, la presión de los estudiantes o cualquier otra cosa que pueda estar afectando la educación de su hijo.

Helpful Tips for Parents

La Tarea Es Formar Un Hábito

Homework is Habit Forming

Ya que los niños adquieran el hábito de estudiar en casa por medio de los padres, los consejos que le damos a continuación puede que le sirvan de ayuda.

Ayude a que su hijo establezca un horario para estudiar en casa.

La tarea es solamente una parte del tiempo de estudio. Ayude a su hijo a acostumbrarse a estudiar en casa, aunque la tarea haya sido terminada. Ayude a su hijo a planificar un horario semanal que incluya tiempo para los estudios.

Establezca un tiempo mínimo de estudio.

Diez minutos por nivel de curso, por día, cinco días a la semana es una expectativa razonable. Por ejemplo, un niño del cuarto grado no estudiará menos de 40 minutos al día y un niño del octavo grado no estudiará menos de 80 minutos al día.

Cuando la tarea está completada, los estudiantes pueden usar el tiempo restante para estudiar.

Las asignaturas son solamente una parte del estudio. Después de completar las asignaturas, el tiempo restante se puede usar para el repaso, leyendo materiales que estén relacionados con lo que se está estudiando, haciendo trabajos extras, organizando las notas.

Los descansos son importantes.

Un breve descanso cada 20 minutos, alerta al cerebro. Aunque la hora de estudio debe ser un tiempo de silencio, no quiere decirse que ésta sea la hora de la siesta. Ayude a hacer la hora de estudio de su hijo más efectiva. Anímele a que se siente en una postura correcta y a que tome un breve descanso cada 20 minutos. Proporciónale una iluminación apropiada en el lugar de estudio.

Hable con su hijo de sus hábitos de estudio.

El hábito de estudiar en casa es enseñado por los padres, no por los maestros. Mucho de los buenos hábitos son enseñados por los padres. Estudiar en casa puede ser uno de ellos. Una vez establecido, el hábito de estudiar se quedará con su hijo durante sus años escolares y después. Al hacerse un adulto seguirá encontrando tiempo para leer y aprender.

Supervise el tiempo de estudio de su hijo.

Haga saber a su hijo que usted está interesado. Vigile el progreso de su hijo. Déle ánimo y apoyo.

Involúcrese! Obtenga resultados!

100 maneras de ayudar a su hijo y su escuela a tener éxito



PTA
cada niño. una voz.*



Existen muchas maneras de involucrarse en la educación de su hijo. Probablemente ya está haciendo algunas cosas. Tal vez sea hablándole al maestro para darle “las gracias” o para preguntarle algo o atendiendo alguna junta escolar o de la mesa directiva. Pronto verá los resultados de sus esfuerzos y esto se debe a que cuando los padres se involucran en la educación de sus hijos, todos ganan.

PTA
cada niño. una voz.*



La comunicación

1. Responda en forma positiva, y demuestre aprecio por los maestros y el personal directivo.
2. Adopte una actitud positiva y una mentalidad abierta en las interacciones con el personal administrativo y los docentes de la escuela.
3. Escuche las opiniones de los otros cuando estén debatiendo sobre algún tema.
4. Informe a los maestros acerca de las fortalezas, talentos e intereses de su hijo.
5. Comparta las expectativas y establezca objetivos para su hijo junto con el docente.
6. Solicite citas según su necesidad para hablar sobre la evolución o las inquietudes de su hijo.
7. Asista a conferencias para padres y docentes con las preguntas específicas que desee hacer.
8. Decida junto con el docente de su hijo el mejor medio de contacto (teléfono, correo electrónico, notas, etc.)
9. Comprenda y refuerce las reglas y las expectativas de la escuela en su casa.
10. Participe en oportunidades informales para conversar y conocer al personal administrativo, los docentes y demás integrantes del cuerpo educativo.
11. Plantee sus inquietudes o dudas en forma honesta, abierta y oportuna.
12. Asista a las reuniones de la PTA o de padres con regularidad.
13. Lea los boletines informativos de la clase y/o la escuela.
14. Visite la página Web de la escuela.
15. Conozca los nombres de los docentes, directivos y enfermeros de la escuela de su hijo.

16. Lea y familiarícese con el manual de la escuela.
17. Solicite que la información esté disponible en todos los idiomas que hablan las familias de los niños que asisten a la escuela.
18. Comparta las prácticas familiares en cuanto a la cultura, los valores y las actitudes de los padres con el personal de la escuela de su hijo.
19. Comunique sus percepciones en cuanto al trato hacia los padres y, cuando sea necesario, trabaje junto al personal de la escuela para mejorar las percepciones y el clima del ámbito escolar.
20. Informe a los docentes acerca de cualquier cambio importante que haya ocurrido en la vida de su hijo (como la muerte de una mascota, una mudanza familiar, la pérdida de algún ingreso, la enfermedad de algún miembro de la familia, o un divorcio).

La crianza de los hijos

21. Conozca a los amigos de sus hijos y a sus padres.
22. Aproveche los programas y recursos que se ofrecen en la escuela para la familia.
23. Trabaje con otras personas a fin de montar un centro de recursos para padres en la escuela.
24. Contribuya con la creación de una biblioteca de libros o juguetes, y visítela con frecuencia.
25. Brinde ayuda en la elaboración de grupos o programas de apoyo para los padres.
26. Disponga un día para visitar el aula de su hijo o almorzar con él en la escuela.
27. Infórmese sobre clases o temas relacionados con el desarrollo infantil, los estilos de aprendizaje, la disciplina, etc.
28. Asista a las ferias educativas para padres y demás acontecimientos especiales de la escuela.
29. Organice un foro de lectura para padres que constituya un ámbito de debate sobre las publicaciones actuales.
30. Contribuya con la elaboración de un boletín informativo escolar sobre la crianza de los hijos o colabore con la publicación de dicho boletín si ya existe en la escuela.
31. Promueva y ofrécase para trabajar como voluntario en los programas previos al horario escolar o después de éste.
32. Elabore un archivo casero de identificación de su hijo que incluya datos tales como expedientes médicos, fotos y huellas digitales.
33. Haga donaciones y/u ofrécase para trabajar en colectas de ropa y alimentos destinados a familias con dificultades económicas que habitan en la comunidad.
34. Pregunte a los docentes o asesores escolares cómo hablar con su hijo acerca de temas difíciles.

El aprendizaje del alumno

35. Hable con su hijo sobre cómo le fue en la escuela y las tareas todos los días.
36. Conozca las fortalezas y debilidades académicas de su hijo.
37. Proporcione un lugar tranquilo y bien iluminado con los útiles escolares básicos para estudiar y hacer las tareas.
38. Ayude a su hijo a dividir proyectos de tareas de gran magnitud en pasos más pequeños y más fáciles de manejar.
39. Determine una rutina diaria y un horario que sean siempre iguales para estudiar y hacer las tareas.
40. Aliente y felicite a su hijo por sus esfuerzos.
41. Comparta sus intereses, pasatiempos y talentos con su hijo.
42. Proporcione a su hijo libros, revistas, periódicos y demás material, y alientelo a leer.
43. Veán juntos programas de televisión selectos y luego hablen sobre éstos.
44. Hagan viajes en familia a la biblioteca, el zoológico, el museo o el parque para disfrutar de una experiencia de aprendizaje divertida.
45. Hable con el docente de su hijo acerca de la elaboración de juegos y actividades didácticas.
46. Ayude a su hijo con las tareas, pero procure no hacerlas por él.
47. Asista a las reuniones escolares sobre las expectativas de aprendizaje, evaluación y procedimientos de calificación.
48. Contribuya a fijar objetivos y a elaborar un plan educativo personalizado para su hijo.
49. Participe en actividades que le ayuden a entender la tecnología escolar.
50. Ayude a organizar y asista a sesiones nocturnas para la familia destinadas a mejorar los hábitos de estudio, cómo hacer las tareas, etc.
51. Ayude a desarrollar, visite u ofrezca servicios al centro de estudio o tutores.
52. Participe en familia en las ferias académicas.



El voluntariado

53. Responda a las encuestas escolares sobre sus intereses, talentos y habilidades.
54. Informe al personal escolar sobre su disponibilidad para tareas voluntarias (días, horarios y frecuencia).
55. Coordine y participe en actividades que se llevan a cabo en la escuela durante la tarde y los fines de semana.
56. Ayude al docente de su hijo en el aula o los viajes de día de campo cuando esté disponible.
57. Trabaje junto a los docentes y el personal de la escuela en el desarrollo de actividades voluntarias que pueda hacer desde su casa.
58. Ayude a los educadores y al personal de la escuela a crear una atmósfera cálida y cómoda para los padres.
59. Ayude en las tareas de cuidado de niños y/o transporte para padres voluntarios.
60. Colabore en el desarrollo de formas creativas para incorporar voluntarios a las actividades de la escuela.
61. Trabaje con otras personas para desarrollar descripciones de trabajos voluntarios y evaluaciones de quienes participan en éstos.
62. Ayude al personal de la escuela a seleccionar padres y miembros de la comunidad como voluntarios.
63. Brinde asistencia a la capacitación y orientación sobre cómo ser un voluntario eficaz.
64. Conozca y cumpla con las políticas de disciplina, confidencialidad y de otras áreas para voluntarios.
65. Determine una hora para hablar regularmente con el personal de la escuela y los educadores junto a quienes está trabajando.
66. Participe en la organización y planificación de medios para reconocer y evaluar a los voluntarios.
67. Responda a las encuestas y cuestionarios escolares sobre la eficacia de los programas para voluntarios.

68. Ayude a elaborar y distribuir un directorio de voluntarios para padres, personal de la escuela y docentes.
69. Ofrezcase como voluntario para los servicios de asesoramiento en sus áreas de experiencia, destinados a docentes o personal de la escuela.

En sociedad con la escuela

70. Conozca las políticas y prácticas de la escuela y el distrito inherentes a los niños.
71. Exprese su apoyo o inquietudes respecto a cualquier tema que afecte a su familia.
72. Participe en grupos de tareas escolares que evalúen temas como los códigos de vestimenta escolar o las políticas para evitar la intimidación.
73. Participe en reuniones para determinar necesidades y servicios educativos especiales.
74. Asista a talleres sobre la resolución de problemas, solución de conflictos y disertaciones públicas para desarrollar sus habilidades de patrocinio.
75. Participe en consejos o comités de asesoramiento escolar dedicados a los planes educativos, la disciplina, y demás.
76. Forme parte de un equipo de administración basado en la escuela e integrado por docentes y personal directivo.
77. Aliente y apoye a sus hijos para que ocupen posiciones de liderazgo en los grupos estudiantiles.
78. Ayude a su escuela a crear una guía para la familia sobre los derechos y responsabilidades de los alumnos.
79. Asista a las reuniones de la PTA, de la junta directiva escolar y/o del distrito, y plantee los temas que le preocupan.
80. Conozca los cargos que ocuparán los candidatos y participe en las elecciones de la junta escolar.
81. Trabaje con los docentes y el personal administrativo de la escuela en el desarrollo de una política en materia de participación de padres.
82. Escriba, llame o visite a los funcionarios locales o estatales dedicados a la elaboración de políticas para ofrecer su apoyo u oposición a las leyes educativas.
83. Participe en movimientos organizados para elevar peticiones o en campañas de presentación de cartas, en ambos casos dirigidas al Congreso, en materia de leyes inherentes a las escuelas públicas y demás temas relacionados con los niños.
84. Dé su testimonio en audiencias públicas en apoyo u oposición de propuestas de leyes educativas.
85. Vote en las elecciones locales, estatales y federales por los funcionarios públicos que apoyan la educación.

La colaboración con la comunidad

86. Obtenga y use información sobre recursos y organizaciones comunitarias.
87. Ayude a su escuela a elaborar un directorio de servicios sociales y comunitarios.
88. Hágales saber a los organismos y negocios locales qué sucede en su escuela.
89. Ayude a coordinar y participe en acontecimientos que brinden apoyo a grupos comunitarios.
90. Comente a los empleadores sobre realizar reuniones o talleres orientados a los padres en el sitio de trabajo.
91. Aliente a los empleadores a adoptar cronogramas de trabajo flexibles y permisos de salidas de modo que los empleados puedan asistir a las reuniones y acontecimientos escolares.
92. Pida a los empleadores y a los negocios locales que hagan donaciones y brinden su apoyo a los programas escolares.
93. Ayude a organizar y/o participe en ferias comunitarias en materia de salud.
94. Seleccione miembros comunitarios (empresarios, personas retiradas) para que trabajen como voluntarios en la escuela.
95. Adopte una posición activa en grupos comunitarios como la YMCA y los Boys and Girls Clubs.
96. Participe en consejos y comités de asesoramiento de la comunidad local.
97. Trabaje con las autoridades locales y funcionarios públicos para patrocinar o participar en acontecimientos comunitarios.
98. Ayude a organizar y/o participe en un proyecto comunitario de "limpieza" o "embellecimiento".
99. Aliente y facilite la participación de su hijo en algún servicio comunitario.
100. Dé el ejemplo; adopte una posición activa en el servicio comunitario solo o junto a su hijo.



(800) 307-4PTA (4782) * www.pta.org

FOMENT DE LA LECTURA

Aquest apartat conté 2 fulls per posar a la nevera que ens recorden algunes coses que podem fer per fomentar la lectura des de casa. A continuació, dos petits cursos molt interessants.

1. Despertem el gust per la lectura des de casa

Recomanacions procedents de la pàgina web de la família de la Generalitat de Catalunya:

www.gencat.cat/ensenyament/familiaiescola

2. Creando buenos hábitos para leer.

Recomanacions disponibles a internet procedents de

Solid Foundation, © Copyright 2008
Academic Development Institute

Més informació en anglès a: <http://www.adi.org/>

3. Mini curso: Leer para aprender

4. Mini curso: LEER EN CASA Y HABLAR SOBRE LA LECTURA

Disponibles a Internet. Realitzats per:

Academic Development Institute. www.adi.org

*Atenció: Si voleu imprimir, els documents americans poden donar problemes.
Si és així i surten signes inintel·ligibles, imprimir pàgina a pàgina.*



Despertem el gust per la lectura des de casa

COM PODEM FER DELS NOSTRES FILLS I FILLES UNS BONS LECTORS?

Per què és important que siguin bons lectors?

Perquè els hàbits lectors milloren el rendiment escolar. Perquè els bons lectors comprenen i assimilen amb rapidesa els aprenentatges nous.

Perquè els llibres els serveixen per a entretenir-se, reflexionar, desvetllar la fantasia, augmentar els coneixements, desvetllar sentiments...

Llegir és suficient per ser un bon lector?

No, a més de llegir és imprescindible que ho facin amb fluïdesa i que sàpiguen explicar el que han llegit.

Han de ser capaços de ser crítics; això significa que han d'analitzar, contextualitzar, relacionar i valorar els textos que llegeixen.

Han de tenir l'hàbit de la lectura i estar-hi motivats.

Si cada dia practiquen la lectura i parlen sobre el que han llegit, aconseguiran ser bons lectors.

Com els podem ajudar a trobar-li el gust, a la lectura?

- Intentant que us vegin llegir a casa. Vosaltres sou el seu exemple.
- Llegint-los contes en veu alta quan són petits.
- Practicant la lectura amb ells de deu a vint minuts cada dia.
- Tenint llibres a casa del seu interès.
- Disposant d'un lloc agradable per llegir.
- Ajudant-los a planificar un temps per a la lectura.
- Fent-los conèixer altres formats, com per exemple, els llibres digitals.
- Interessant-vos per les seves lectures de classe i, si podeu, llegiu-les.
- Fent activitats al voltant dels llibres com dibuixar, anar a la biblioteca, al teatre o al cinema.
- Regalant-los llibres pels aniversaris i celebracions tenint en compte els seus interessos.

A l'hora d'escollir un llibre per als vostres fills i filles heu de tenir en compte els seus gustos, i també les característiques pròpies de cada edat.

ELS LLIBRES HAURIEN DE...

FINS ALS 5 ANYS

Tenir protagonistes amb els quals es puguin identificar: nens de la seva edat, animals, etc.

Ser llibres curts. A partir dels 3 anys: amb vocabulari o frases senzilles i amb la lletra grossa.

Estar fets de diversos materials, que es puguin mullar, amb tapes dures, de cartró, de roba, amb il·lustracions grosses o elements mòbils...

DELS 6 ALS 8 ANYS

Relatar històries quotidianes i conegudes, i també llegendes i faules, amb varietat de personatges (quotidians, màgics, poderosos...) per tal d'estimular la seva imaginació.

Ser llibres amb capítols curts, amb lletra grossa i amb imatges (dibuixos, fotografies...) que ajudin a entendre la història.

DELS 9 ALS 12 ANYS

Relatar històries d'acció (misteri, ciència ficció, còmics) on els protagonistes tinguin personalitats més complexes (presenten canvis de conducta, d'edat, d'opinions...) i també poden informar de temes actuals que siguin del seu interès.

Tenir relats més llargs on, per exemple, es narri més d'una història en el mateix llibre utilitzant un llenguatge quotidià i il·lustracions que acompanyin la història.

DELS 13 ANYS EN ENDAVANT

Ser llibres d'actualitat amb protagonistes i temes amb els quals es puguin identificar (amor, amistat, misteri, música, esport...).

Relatar històries extenses, fins i tot que ocupin més d'un llibre (trilogies...).

Tenir il·lustracions quan siguin necessàries per a la comprensió del relat o la informació.



Helpful Tips for Parents

Creando Buenos Hábitos Para Leer Building Reading Habits

La mayoría de los niños aprenden a leer, pero no todos adquieren el hábito de leer. Los padres desempeñan un gran papel ayudando a sus hijos a crear buenos hábitos para la lectura. Los consejos que a continuación le ofrecemos puede que le sirvan de ayuda:

Hable con sus hijos sobre la lectura.

Pregunte a sus hijos cosas sobre los libros e historias que hayan leído. Coménteles sobre la clase de lectura que usted lee. Haga que la lectura sea un tema de conversación familiar.

Haga frecuentes visitas con sus hijos a la biblioteca.

Visitar de vez en cuando la biblioteca puede resultar siendo una gran actividad familiar. Disfrute en compañía de sus hijos hojeando libros. Enseñe a sus hijos como usar la tarjeta de la biblioteca.

Haga tiempo para leer en familia.

La vida familiar puede ser a veces muy ajetreada, dejándonos poco tiempo libre para leer. Haga que la lectura sea una actividad para la familia, creando lapsos de tiempo de por lo menos 30 minutos para que todos lean. Apague el televisor. Dé a cada miembro de la familia la oportunidad de seleccionar su lectura favorita. ¡Leyendo juntos disfrutarán de un tiempo de tranquilidad!

Regale libros a sus hijos.

Los libros son el mejor regalo de cumpleaños o de cualquier otra ocasión especial.

Lea con sus hijos en voz alta.

Los niños no tienen porqué ser de corta edad para leer en voz alta. Por lo regular, los padres suelen leer a sus hijos cuando éstos son pequeños. Cuando los niños aprenden a leer, leen a sus padres en voz alta. Comparta con sus hijos estas preciadas etapas.

Para estimular el hábito de leer, use el periódico como “herramienta”.

Hable con sus hijos sobre el contenido del periódico. Enséñeles a saber diferenciar las diferentes secciones que en él existen. Recorte algunos de los artículos que sean de su interés y compártalos con sus hijos. Así mismo, anímelos a que ellos recorten también artículos de su interés y los compartan con la familia.

Aconseje a sus hijos a leer para preparar actividades en familia.

Antes de tomar unas vacaciones, ir de excursión o de asistir a un acontecimiento especial, dígle a sus hijos que le lean lo referente a la localidad en que el lugar está situado, actividades disponibles...y que ellos le presenten toda la información obtenida a la familia.

**Mini curso:
LEER EN CASA Y HABLAR SOBRE LA
LECTURA**

Sencillo y con respuestas a los obstáculos más habituales. Contiene giros lingüísticos americanos. Debe ser leído con la distancia necesaria.

Disponible en internet. Realizado por:

Academic Development Institute. www.adi.org

Atención: Si desean imprimir, puede dar problemas. Si es así y salen signos ininteligibles, imprimir página a página.



El Hablar Acerca de la Lectura

Los libros les fascinan a los niños pequeños. Les encanta tocarlos, sentir el papel y mirar los dibujos. Pero más que nada, les gusta sentarse en las piernas de sus padres cuando éstos les leen. Cuando se unen los padres, los hijos y los libros se forma un vínculo de cariño y afecto muy especial. Muchas veces esta relación se pierde a medida que los niños crecen y empiezan a leer a solas. Después de un tiempo, la lectura deja de ser una actividad que une a los padres con los hijos. Una manera para reestablecer los lazos entre los padres, los hijos y los libros es hablar acerca de la lectura. Hablar de lo que se lee es una actividad que mantiene vivo el deseo de leer y también motiva a los niños a mantener la costumbre de leer.

¿Por qué los padres no les hablan a los niños acerca de la lectura? Probablemente es por uno de los siguientes impedimentos:



Los padres están demasiado ocupados para conversar con los hijos.



Los padres no leen mucho.



Los padres piensan que a sus hijos no les interesa lo que están leyendo.



A los padres no les interesa lo que leen los niños.

Tomar el tiempo para conversar con los hijos es una costumbre que cada padre o madre puede desarrollar. Este curso ayuda a que los padres establezcan unas costumbres útiles en las relaciones con sus hijos. Vamos a aprender cómo romper las barreras que a veces nos impiden hablar con los hijos acerca de la lectura.

Cuando se unen los padres, los hijos y los libros se forma un vínculo de cariño y afecto muy especial.

La Primera Lección: Romper los Obstáculos

Sesión 2

EL OBSTACULO: Yo no soy un buen lector.

PARA ROMPER EL OBSTACULO: Se puede obtener información en las bibliotecas públicas acerca de los programas dedicados a enseñar adultos a leer. Mientras que usted está mejorando sus habilidades, pida a sus hijos que le lean en voz alta.

EL OBSTACULO: Estoy demasiado ocupado para leer.

PARA ROMPER EL OBSTACULO: Dedique un tiempo limitado cada día para leer, aunque sólo sea unos minutos. Por ejemplo: lea después de una comida, antes de acostarse, en lugar de mirar televisión o cualquier otra hora que puede convertirse en parte de la rutina diaria.

EL OBSTACULO: Yo no sé qué leer.

PARA ROMPER EL OBSTACULO: Lo que usted lee es menos importante que el hecho de discutir su lectura con los hijos. Los periódicos, las revistas, los libros, todos son recursos de conversaciones con los hijos. Usted puede leer lo que los niños están leyendo, los libros de texto, libros de la biblioteca, las revistas. Después, platique con ellos acerca de lo que ha leído. Muestre interés y curiosidad. Pídales sus opiniones acerca de lo leído.

EL OBSTACULO: Yo no estoy seguro de cómo empezar la discusión con mis hijos acerca de la lectura.

PARA ROMPER EL OBSTACULO: Primero, lea algo que le parezca interesante y después cuénteles a los hijos de la lectura. Después, pregúnteles qué están leyendo o qué han leído recientemente. No espere tener una conversación larga la primera vez. Inicie una conversación corta cada día acerca de lo que los niños están leyendo y después permita que la conversación dure más tiempo.

EL OBSTACULO: No estoy seguro de cómo iniciar una conversación acerca de una lectura.

PARA ROMPER EL OBSTACULO: Esté seguro que su hijo le preste atención. Es decir, procure estar en un lugar silencioso. Después, hágale unas preguntas y sea usted un oyente ACTIVO. Haga preguntas específicas que requieran más que una simple respuesta de “sí” o “no.” Esté preparado para contarle a su hijo acerca de su propia lectura y a ayudarlo a ser un oyente ACTIVO.

EJERCICIO



PARA VER LOS OBSTACULOS

¿Alguna vez los obstáculos han impedido una conversación entre usted y sus hijos acerca de la lectura?

☐

Sí

☐

No

Si usted responde que “sí,” ¿cuáles son los obstáculos que hay que romper?

DIGALE AL GRUPO



Voy a compartir con el grupo los obstáculos que he encontrado. Después cada compañero puede compartir los suyos

¿Cuáles son los obstáculos que hay que romper?

La Segunda Lección: Las Conversaciones Acerca de la Lectura

Sesión 2

Se pueden usar las siguientes preguntas para iniciar conversaciones con los hijos acerca de la lectura. Después vamos a volver a estas preguntas en el ejercicio que sigue.

1. ¿Qué ha leído recientemente? ¿Cuénteme algo acerca de esto!
2. ¿Cuál es el mejor libro o cuento que ha leído usted? ¿Cuénteme de ese libro o cuento y dígame por qué le gustó tanto!
3. ¿Cuáles son los temas que le gustan?
4. En los libros o los cuentos, ¿Cuál es su personaje favorito? Diga algo acerca de este personaje y explique por qué le gustó tanto.
5. Cuando lee el periódico, ¿cuál sección lee primero? ¿Las noticias mundiales?, ¿Las locales? ¿Las tiras cómicas? ¿Los deportes? ¿La sección de la mujer? ¿Otra sección? ¿Por qué le interesa esa sección?
6. ¿Cuál es la mejor película que ha visto que fue basada en un libro? ¿Leyó usted el libro? ¿Cuál fue mejor, la película o el libro? ¿Por qué?

RESPONDER A LAS PREGUNTAS ACERCA DE SU LECTURA



Los diarios de lectura familiar que hicimos la semana pasada nos prepararon para hablar acerca de la lectura. Las preguntas que acabamos de leer ayudan a iniciar conversaciones acerca de la lectura. ¿Cuál pregunta quiere contestar para decirle al grupo algo sobre su lectura personal?

El número de la pregunta: _____

Voy a seleccionar una pregunta para contestar. Y después, cada compañero va a seleccionar una pregunta. Se puede contestar cualquiera de la lista que hemos visto, no importa si alguien ya la ha contestado. Tómense la libertad de hacer comentarios, discutir y disfrute hablando acerca de la lectura.



DIGALE AL GRUPO

Bien, ahora sabemos que el hablar sobre la lectura es divertido y que unas preguntas específicas ayudan a iniciar conversaciones acerca de la lectura. Ahora podemos preguntales a nuestros hijos preguntas para empezar a discutir lo que han leído.



PARA LLEVAR A LA CASA

La Tercera Lección: Ayudar•Revisar•Alabar

Todos los padres quieren que sus hijos desarrollen el hábito de leer. Los padres pueden motivar el hábito de leer por medio del método de **Ayudar•Revisar•Alabar**. Este es un método que los padres utilizan para que los hijos desarrollen las habilidades y los hábitos útiles de leer.

El primer paso para desarrollar estos hábitos es AYUDAR. No importa si la costumbre sea tender una cama, leer el periódico, abrochar el cinturón de seguridad en el coche, o amarrar los cordones de los zapatos, hay que ayudar a que el niño domine los quehaceres. La manera más directa y más personal para enseñarle es AYUDAR. La palabra AYUDAR implica que el niño realice el quehacer con la ayuda de uno de los padres.

El segundo paso para desarrollar un hábito útil es REVISAR. Una vez que el niño ha dominado el trabajo, uno de los padres tiene que REVISAR para verificar que el niño esté haciendo un buen trabajo. Por ejemplo, una vez que el niño sepa tender su cama, de vez en cuando los padres deben REVISAR para ver que el niño mantenga el hábito. Si el niño tiene dificultad, podría ser necesario darle más ayuda.

El tercer paso para desarrollar un hábito útil es ALABAR. La ALABANZA es la mejor manera de motivar al niño para que continúe el hábito. La ALABANZA es el mejor premio por un trabajo bien hecho.

Ahora bien, supongamos que quisiéramos que nuestro hijo desarrollara el hábito de leer el periódico; empezáramos por medio de AYUDARLE—es decir sentarnos con él, mostrarle el periódico y sus diferentes secciones, preguntarle lo que le parece más interesante, leer juntos por turnos y al final hablar acerca de lo que ha leído.

Después de AYUDARLE a leer el periódico, vamos a querer que sea más independiente en su costumbre. De esta manera podemos REVISAR de vez en cuando para verificar que esté leyendo el periódico por su propia cuenta. Tal vez podamos REVISAR por medio de preguntarle lo que ha leído ese día en el periódico. Si encontramos que está perdiendo el hábito de leer, tal vez tendremos que AYUDARLE más.

*La ALABANZA de los padres
es el mejor premio para un niño.*

En el proceso de hacerle un lector independiente, hay que alabarlo. La ALABANZA de los padres es el mejor premio para un niño.

La Cuarta Lección: La Hora de Lectura Familiar

Sesión 2

Las familias caen en una serie de hábitos: una rutina diaria. Por ejemplo muchas familias cenar casi a la misma hora cada día. Muchas veces miran la televisión a las mismas horas durante la semana. La hora de lectura familiar puede hacerse un hábito familiar. Dedique un tiempo limitado para que toda la familia pueda leer. Empiece dedicando un tiempo corto, tal vez treinta minutos para que todos encuentren un buen libro o revista y un sillón cómodo. Todos leen en silencio. Luego, termine la sesión de la lectura con un comentario breve de cada lectura. Hasta los niños pequeños pueden participar hojeando libros o revistas llenos de dibujos y fotos. Dedique una hora especial con bocadillos y refrescos. ¿Cómo ayudamos a que los niños hagan tiempo para la lectura habitual? Por medio del método Ayudar•Revisar•Alabar, ¡por supuesto!

LA HORA DE LECTURA FAMILIAR



EJERCICIO

¿Cuándo es una hora buena para dirigir una sesión familiar de lectura?

La hora _____ El día de la semana _____

¿Por qué es una buena hora? _____

Voy a compartir con el grupo la hora y el día que pienso que sería mejor para una sesión de lectura. Después, cada compañero va a compartir la hora que piense que es mejor para leer en familia.



DIGALE AL GRUPO

Una a dos veces a la semana, la hora de lectura familiar puede reemplazar la televisión.



PARA LLEVAR A LA CASA

Dedique un tiempo limitado para que toda la familia pueda leer.

La Quinta Lección: Una Visita a la Biblioteca

A través de las láminas bonitas, los cuentos fascinantes y las montañas de información de hechos importantes, se encuentra una tierra de maravillas en la biblioteca. Las bibliotecas tienen libros, periódicos y revistas. Las bibliotecas son lugares acogedores, luminosos y divertidos. Son tranquilos y amigables. También son perfectas para una visita familiar. Si usted no está seguro de donde queda una biblioteca pública, pregúntele a uno de los miembros de su grupo.

EJERCICIO



SU VISITA A LA BIBLIOTECA

¿Dónde queda la biblioteca más cercana a su casa?

El nombre de la biblioteca: _____

La dirección: _____

¿Cuándo sería una buena hora para llevar la familia a la biblioteca?

Voy a llevar a mi familia a la biblioteca (el día de la semana) _____
a las (una hora aproximada) _____

DIGALE AL GRUPO



¿Cuándo sería una buena hora de llevar la familia a la biblioteca?
¿Por qué?

PARA LLEVAR A LA CASA



Esta semana visite la biblioteca con su familia. Cuando llegen a la biblioteca, deje que los niños curiosen y busquen libros que les interesen. Si usted no tiene una tarjeta para sacar libros, averigue con la recepcionista cómo la puede obtener. Si sus hijos no saben encontrar un libro, pídale a uno de los bibliotecarios que les enseñe. No insista en que los niños hagan nada sino que pasen un rato descansando y gozando de los libros. Las visitas a las bibliotecas deben ser placenteras y sin prisa. Después de la visita van a tener mucho de que hablar.

Repasemos los puntos claves de esta sesión:



Cuando se unen los padres, los hijos y los libros se forma un vínculo de cariño y afecto muy especial.



Lea usted algo que le interese y después cuénteles a los niños acerca de su lectura.



Las preguntas pueden iniciar conversaciones acerca de la lectura.



La alabanza de los padres es el mejor premio que se le puede dar a los hijos.



La hora de lectura familiar es una manera placentera de recordarle a la familia la importancia de la lectura.



Esta semana visite la biblioteca con su familia. Después de la visita van a tener mucho de que hablar.

Para Llevar a la Casa

Hemos aprendido cómo hablar acerca de la lectura. Hemos aprendido el método **Ayudar•Revisar•Alabar** para desarrollar los hábitos útiles en nuestros hijos. Estamos listos para establecer un tiempo especial para leer con la familia y hemos redescubierto la tierra de maravillas que se encuentra en la biblioteca. Ya es hora de poner en práctica lo que hemos aprendido.

En la lista abajo se encuentran las tareas de la semana. Mientras que yo las leo vamos a firmar nuestras iniciales como señal de compromiso con nuestras familias y con el grupo de padres para realizar estas tareas antes de la próxima sesión.

LAS TAREAS DE LA SEMANA

Las Iniciales del Padre/Madre:

- _____ 1. Cada día voy a ser un oyente **ACTIVO** con cada uno de mis hijos, y también les voy a ayudar a practicar el escuchar **ACTIVO**.
- _____ 2. Voy a dirigir una sesión de narrar cuentos con mi familia.
- _____ 3. Cada día voy a hablar acerca de la lectura con cada uno de mis hijos.
- _____ 4. Esta semana voy a hacer una entrada para cada miembro de la familia en “El diario de lectura familiar.” Los formularios están al final de este manual.
- _____ 5. Esta semana voy a dirigir una sesión de lectura familiar. Cada uno de nosotros va a leer en voz baja, después vamos a hablar acerca de lo que hemos leído.
- _____ 6. Esta semana voy a visitar la biblioteca con mi familia.



La manera en que los padres les hablan a los hijos sobre una experiencia, determina qué tipo de conocimiento adquieren los niños de esa experiencia y más adelante determina su capacidad de recurrir a este conocimiento cuando leen.

de Becoming a Nation of Readers
Consejo Nacional Sobre la Lectura



Además de establecer una base, los padres necesitan facilitar a sus hijos el establecimiento de la costumbre de leer por medio de llevarlos a la biblioteca, motivarlos a leer en sus ratos libres y apoyarlos en la realización de sus tareas escolares.

de Becoming a Nation of Readers
Consejo Nacional Sobre la Lectura



La Lectura en Casa

Estableciendo Hábitos de Lectura en Casa

TAREA DE LA SEGUNDA SEMANA

Marque (✓) cuando lo completo

- _____ Cada día voy a ser un oyente ACTIVO con cada uno de mis hijos, y también les voy a ayudar a practicar el escuchar ACTIVO.
- _____ Voy a dirigir una sesión de narrar cuentos con mi familia.
- _____ Cada día voy a hablar acerca de la lectura con cada uno de mis hijos.
- _____ Esta semana voy a hacer una entrada para cada miembro de la familia en “El diario de lectura familiar.”
- _____ Esta semana voy a dirigir una sesión de lectura familiar. Cada uno de nosotros vamos a leer en voz baja, después vamos a hablar acerca de lo que hemos leído.
- _____ Esta semana voy a visitar la biblioteca con mi familia.



Hablando de lo que Leemos Mantiene la Alegría de Leer en Vivo.

Diario de Lectura de la Familia

La Fecha:

El Nombre del Lector..

El Autor

El Título del texto..

La Fuente del Texto:

¿De qué se trata la lectura?

¿Qué opina el lector acerca del tema del texto?

Academic Development Institute

Fundado en 1984

Academic Development Institute trabaja con familias, escuelas, y comunidades para que todos los niños puedan llegar a ser estudiantes auto dirigidos, los ávidos lectores, y ciudadanos responsables, respetando a sí mismo y a otros en sus comunidades. La visión de ADI es de un paisaje norteamericano llenado de comunidades escolares claras que reflejan las esperanzas y los sueños de las personas íntimamente conectadas a ellos. A esta imagen de la escuela como una comunidad, ADI es dedicado. Cuando la escuela funciona como una comunidad, sus componentes (estudiantes, padres, maestros, cuerpo de apoyo) asocia con el uno al otro y comparte valores comunes acerca de la educación de niños. En la raíz, los miembros de la comunidad escolar asumen responsabilidad para el uno al otro. Esos niños llegan a ser nuestros niños, y los padres no son agentes externos, pero socios llenos en la educación de sus niños y entrambos niños. Los maestros no son aislados a facultativos del pedagogía, pero los profesionales integraron en la web de la comunidad y mantuvieron a flote por propósito común.



Academic Development Institute

121 N. Kickapoo Street

Lincoln, IL 62656

(217) 732-6462

(217) 732-3696 (fax)


www.adi.org

Mini curso: Leer para aprender

Pequeño y fácil curso interactivo que permite reflexionar sobre lo que hacemos y sobre lo que podemos comenzar a hacer a partir de ahora. Disponible en internet. Realizado por:

Academic Development Institute. www.adi.org





Mientras más elementos de buena crianza, buena enseñanza y buena escolaridad experimentan los niños, mayor es la posibilidad de que alcancen su potencial como lectores.

de Becoming a Nation of Readers
Consejo Nacional Sobre la Lectura



La Primera Lección: La Lectura en Voz Alta

Sesión 3

Cuando los niños leen en voz alta, ellos aprenden los patrones y las frases del lenguaje hablado. Ellos se dan cuenta de la puntuación y mejoran su vocabulario hablado. Cuando nosotros escuchamos mientras los niños leen en voz alta les podemos ayudar con palabras difíciles. Nos mantenemos informados acerca de su paso y de su nivel de lectura. Cuando nosotros les leemos en voz alta les podemos introducir a materias que ellos no escogerían para leer por su propia cuenta. El próximo paso para ayudar a que nuestros niños desarrollen las buenas costumbres de leer es leer en voz alta con ellos. Con la lectura en voz alta nosotros podemos hacer lo siguiente:



Leer al niño.



Escucharle leer en voz alta.



Tomar turnos, leyendo y escuchando.

Porque nuestra meta es aumentar el entusiasmo de nuestros niños por la lectura, nosotros mismos tenemos que estar entusiasmados. Debemos estar cómodos cuando leemos en voz alta. Está bien si nos parece que es más cómodo escucharles leer. Lo más importante de todo es el estado de humor de la sesión. La lectura en voz alta debe ser divertida.

¿ES LA LECTURA EN VOZ ALTA SÓLO PARA LOS NIÑOS PEQUEÑOS?

¿El adolescente de trece años va a pensar que la lectura en voz alta es una idea maravillosa? A lo mejor, no. Por algún motivo, los padres leen a los niños pequeños, pero no leen a los mayores. Perdimos esta costumbre. Si la hemos perdido, probablemente vamos a encontrar un poco de resistencia por parte de los hijos mayores hacia la lectura en voz alta.

Puede ser útil saber que la mayoría de los padres encuentran que la resistencia es temporal; hasta los adolescentes gozan de la lectura con los padres una vez que se acostumbran a la idea. Para motivar a que los niños mayores lean con nosotros podemos hacer lo siguiente:



Pedirles que seleccionen y lean unos fragmentos de textos que les llamen la atención. Pedirles que lean algo que les parece gracioso, conmovedor o que les haga pensar.



Pedirles que lean en voz alta a los hijos menores.

La Narración de Cuentos



Leerles a los hijos fragmentos de un libro o una revista que nos parezcan especialmente importantes. Las reacciones sinceras a las lecturas de los padres impresionan a los hijos mayores. ¿Cómo nos hace reaccionar el fragmento? ¿Nos da placer? ¿Nos enoja? ¿Nos da risa? ¿Nos provoca opinar?



Utilizar el periódico como un recurso para intercambiar noticias interesantes. Se pueden cortar y pegar artículos en la puerta del refrigerador y motivar a los niños a que hagan lo mismo. Después, se pueden leer y discutir en voz alta.

Las reacciones sinceras a las lecturas de los padres impresionan a los hijos mayores.

Unos Consejos Para la Lectura en Voz Alta

Sesión 3

Ya estamos narrando cuentos con nuestros hijos, estamos hablando sobre la lectura con ellos, estamos dedicando un tiempo a que la familia lea en voz baja. Después de esta sesión vamos a empezar a leer en voz alta con nuestros hijos. Los siguientes consejos nos van a ayudar a leer en voz alta con nuestros hijos.

1. Escoja medios de leer en voz alta que le parezcan apropiados.
 - Léales a los niños
 - Escúchelos leer en voz alta.
 - Tome turnos leyéndoles y escuchándoles leer.
2. Mantenga una sesión corta para que nadie se aburra.
3. Lea en un lugar tranquilo y cómodo.
4. Corrija los errores suavemente. Dé ánimo.
5. Hable acerca de la lectura. Haga preguntas. Exprese su reacción al material.
6. Permita que cada miembro de la familia seleccione su propio texto.
7. Muestre un interés en la lectura de su niño, con emoción.
8. Asocie la lectura con el cariño. Haga que los niños pequeños se sienten en sus piernas. Dé caricias y abrazos a todos.
9. No espere que toda la familia lea en voz alta en el mismo momento. Una sesión de lectura con solamente una o dos personas permite intimidad y atención personal.

APRENDER DE LOS ERRORES DE OTRAS FAMILIAS

En el cuento de abajo, la madre tiene buenas intenciones, pero no sigue los consejos para la buena lectura en voz alta. Busque los errores cometidos por la familia en el cuento de abajo. ¿Cuáles son los consejos que ignoran? ¿Cuáles son las consecuencias?



EJERCICIO

UNA FAMILIA LEE EN VOZ ALTA

Joan Howard decidió que ya era hora de ayudar a que sus hijos desarrollaran la costumbre de leer. El hijo de Joan, Bill, nunca leía si lo podía evitar. El hacía su tarea para el colegio, pero nunca leía más de lo mínimo. La hija de Joan, Ruth, leía por puro placer, pero sólo los libros de ciencia ficción. Joan esperaba que ella leyera la buena literatura y los libros que no fueran de ficción.

Esa mañana, cuando salían para la escuela, Joan les anunció a los hijos: “Esta noche tendremos un círculo de Lectura Familiar.” Voy a traer libros. “Estén en la sala a las siete en punto.” Cuando los niños estaban en la escuela, Joan se fue a la biblioteca y sacó cuatro libros. Cada libro era considerado un clásico. Ella estaba lista para la primera sesión de lectura en círculo.

A las siete, nadie estaba en el salón con la excepción de Joan. Ella encontró a Bill mirando la televisión y le recordó que viniera a la sala para leer en grupo. Bill le dijo, “sólo unos minutos, mamá. Este programa se acaba a las siete y media.”

“No,” dijo Joan. “Yo no espero hasta las siete y media. ¡Venga a la sala, ya!” Bill hizo una cara larga para mostrar su descontento, pero apagó la televisión y pateando se fue a la sala.

Ruth estaba hablando por teléfono. Joan le indicó que colgara y que viniera a donde la familia. Ruth la ignoró. Joan le repitió por segunda vez, ahora mostrándole el enojo en sus ojos. Finalmente, Ruth se despidió de su amiga.

Jorge, el marido, estaba dormido en el sofá. Joan le sacudió y le pidió que viniera a la sala. Jorge se restregó los ojos y la siguió a la sala.

Todos estaban sentados en la sala: Joan con sus cuatro libros, Bill todavía haciendo pucheros por haber perdido el programa, Ruth anhelando llamar a su amiga otra vez y Jorge que no estaba completamente despierto todavía. Joan les pasó un libro a cada uno.

“¿Bill, quiere empezar la lectura en la primera página de su libro?” Pidió Joan.

“¿De veras, lo tengo que hacer?” Preguntó Bill con una cara larga.

“Sí,” dijo Joan con mucha firmeza.

Bill empezó la lectura. La historia de su libro tuvo lugar en Inglaterra en el siglo dieciocho. Mientras que él leía, se hizo muy obvio que no le interesaba. El leía lentamente en una voz monótona. Después tropezó con la palabra “conversación.” Al principio no la podía pronunciar. Después la pronunció mal y Jorge se rió.

“¡Qué tonto eres!” dijo Ruth a su hermano.

“Si no te gusta cómo leo, tú puedes leer estas estupideces solita.” Respondió Bill.

“Solo por eso, vamos a leer por unos quince minutos más.” Dijo Joan. “Cada vez que se pongan a pelear voy a añadir otros quince minutos. Ahora sigue Bill.”

En la próxima hora cada persona leyó una página en turnos. Jorge se durmió dos veces mientras que leía Ruth. Ruth le gritó para despertarle y Joan añadió otro quince minutos a la sesión. Bill pronunció mal una palabra. Jorge se burló del libro que leía, se mofaba del libro leyendo en voz alta con expresiones exageradas. Mientras que leía Joan, Bill le tiró una bola de papel a su hermana y Ruth se puso a gritarle. Ella fingió que le dolía. Al final, Joan dejó de leer y se fue a su cuarto a llorar. Esta fue la última sesión de la lectura en círculo familiar.

¿Cuáles son los errores que cometió la familia? ¿Cuáles son los consejos que les hubieran ayudado?



**DIGALE AL
GRUPO**

Sólo por escucharles a sus hijos a leer en voz alta pueden los padres saber cómo leen y cuáles son las dificultades que éstos tienen. La lectura en voz alta es una gran manera de formar las buenas costumbres de leer. Puede ser, también, una buena manera de hallar y corregir los problemas que tienen los niños en su lectura.



**PARA LLEVAR
A LA CASA**

EJERCICIO



COMO PLANIFICAR LA SESION DE LECTURA EN VOZ ALTA

Cuando se le pide a un niño que nos lea en voz alta, es buena idea permitir que el niño escoga el texto. Cuando nosotros leemos en voz alta, a veces podemos escoger material que nos gustaría o que pensamos que les gustaría a nuestros hijos. ¿Cuál libro o cuento le gustaría leer a uno de sus hijos? Piense en uno de los cuentos favoritos de su niñez o un cuento que beneficiaría a su hijo.

El nombre del niño: _____

El título del libro o del cuento: _____

DIGALE AL GRUPO



Voy a compartir mis respuestas y después cada miembro del grupo va a compartir las suyas.

Cuando se le pide a un niño que nos lea en voz alta, es buena idea permitir que el niño escoga el texto.

La Segunda Lección: El Aprendizaje de las Palabras Nuevas

Sesión 3

Los niños y los adultos aprenden palabras nuevas en cuatro niveles:

1. Nosotros **reconocemos** una palabra - la vemos en el texto escrito y nos parece familiar.
2. Llegamos a **comprender** el significado de la palabra.
3. Aprendemos a **pronunciar** la palabra.
4. Empezamos a **utilizar** la palabra en nuestro discurso y la escritura.

A veces aprendemos a pronunciar la palabra antes de entenderla. Con mucha frecuencia podemos leer y escribir una palabra que no pertenece a nuestro vocabulario hablado. Cuando ayudamos a que nuestros niños desarrollen sus vocabularios, estamos utilizando cada uno de los cuatro niveles - el reconocimiento, la comprensión, la pronunciación y la utilización. Durante una sesión de lectura en voz alta con los niños, podemos ayudarles a añadir palabras nuevas a sus vocabularios.

EL MAESTRO DE LAS PALABRAS FAMILIARES

Queremos que nuestros niños sean curiosos con respecto a las palabras, también que tomen la iniciativa para aprender palabras nuevas y finalmente, que tengan la confianza en ellos mismos para intentar usar las palabras nuevas. Una buena manera de apoyar, iniciar y motivar el aumento del vocabulario es mantener un diccionario a la mano, un lápiz y unas fichas para apuntar las palabras nuevas.

Para convertir el aumento de vocabulario en juego, cada miembro de la familia puede tomar un turno como "El Maestro de las Palabras". El turno dura una semana. A lo largo de la semana el maestro de las palabras escoge una palabra nueva de su lectura de cada día. El Maestro escribe la palabra en un lado de la ficha. En el otro lado de la ficha El Maestro escribe de donde salió la palabra (del periódico, una revista, un libro, etcétera) y también escribe la definición de la palabra. Se pega la ficha en un lugar importante donde todo el mundo la puede ver, como por ejemplo; la puerta del refrigerador. El maestro de las palabras es responsable de enseñar la palabra a cada miembro de la familia. Cada persona en la familia tiene que usar la palabra nueva en conversación con el maestro una vez durante el día.

EJERCICIO



LAS PALABRAS FAVORITAS

¿Cuáles son las palabras que usted quiere enseñarles a sus hijos? Piense en su palabra favorita que quiere que utilicen sus hijos.

La palabra favorita: _____

DIGALE AL GRUPO



Voy a compartir mi palabra favorita con el grupo, y después cada miembro va a hacer lo mismo.

La Tercera Lección: el Dominio de lo Leído

Sesión 3


Hemos aprendido varias maneras para estimular el interés de los niños en la lectura. Hemos aprendido también cómo motivar la costumbre de leer. Hemos visto que narrar cuentos, hablar sobre la lectura y leer en voz alta son tres maneras para entusiasmar a los hijos acerca de la lectura. Primordialmente estas actividades tienen que ver con la lectura por placer.

Cuando leemos por placer aprendemos mucho, y gozamos de la lectura. La lectura para aprender requiere ciertas habilidades que no están presentes en la lectura de placer. Cuando los niños leen en la escuela, están leyendo la materia que tienen que estudiar. Este es un proceso distinto al de leer un artículo en una revista por puro placer. Podemos ayudarles a aprender más de la lectura por medio de mostrarles cómo dominar lo que leen.

UNAS PISTAS PARA DOMINAR LA LECTURA

1. Sea un lector curioso. Mientras lee, hágase preguntas a usted mismo, después siga leyendo para encontrar las repuestas. Cada sección puede verse como una pregunta. Por ejemplo cuando se lee el subtítulo de la sección, “Las Causas de la Guerra Civil”, hágase la pregunta, “¿Cuáles fueron las causas de la Guerra Civil?” Busque la respuesta en su lectura. Cuando termine con la sección, esté seguro de que pueda contestar la pregunta que se hizo al principio de la sección.
2. Utilice lo que lee. Nosotros nos olvidamos de la mayor parte de lo que leemos a menos que utilicemos la información. Hable con alguien acerca de lo que lee. Escriba un resumen o, mejor todavía, prepare unas fichas para estudiar - en un lado de las fichas escriba las preguntas y en el otro lado ponga la respuesta. Puede utilizar las fichas cuando estudie para el examen.
3. Repasar. Antes de cerrar el libro, lea superficialmente los puntos principales. Al día siguiente puede usar las fichas para repasar una segunda vez.

**PARA LLEVAR
A LA CASA**

 Podemos ayudarles a nuestros hijos a desarrollar sus habilidades de “leer para aprender” por medio de:



pedirles que preparen informes acerca de posibles lugares para un viaje familiar u otros temas de interés para la familia,



hablar con ellos acerca de la lectura después de que han leído una tarea para la escuela,



enseñarles las pistas de “leer para aprender”, y



discutir o ayudarles a estudiar las fichas que han preparado.

EJERCICIO



LA CURIOSIDAD

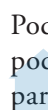
Si le pidiera a usted que leyera y aprendiera acerca de un tema de importancia personal, ¿cuál sería su tema de interés?

**DIGALE AL
GRUPO**



Vamos a compartir los temas con el resto del grupo. Primero, voy a compartir el mío.

**PARA LLEVAR
A LA CASA**

 Podemos preguntarles a los hijos sobre cuales temas quisieran saber más. Después podemos llevarles a la biblioteca para buscar información y mostrarles cómo “leer para aprender.”

Repasemos los puntos claves de esta sesión:



La lectura debe ser divertida.



Siga los consejos para leer en grupo en voz alta.

- Busque una manera para leer en voz alta que le parezca cómoda.
- Mantenga corta la sesión para que nadie se aburra.
- Lea en un lugar tranquilo y cómodo.
- Corrija suavemente los errores. Dé ánimo.
- Hable acerca de la lectura. Haga preguntas y exprese sus reacciones al texto.
- Permita que cada miembro seleccione su propio texto.
- Muestre interés en la lectura de su niño, con emoción.
- Asocie la lectura con muestras de cariño. Haga que los niños pequeños se sienten en sus piernas. Dé caricias y abrazos a todos.
- No espere que toda la familia lea en voz alta en el mismo momento. - - Tener una sesión con solamente uno o dos de los niños permite tiempo para intimidad y atención personal.



Mientras que leemos en voz alta con los niños, les podemos ayudar a añadir palabras nuevas a sus vocabularios.



Para aprender: sea un lector curioso; utilice lo que usted ha leído; repase.


Para Llevar a la Casa

Hemos aprendido acerca de la lectura en voz alta y también hemos aprendido un juego para aumentar el vocabulario. Hemos aprendido las pistas de la lectura para aprender. Ya es hora de practicar lo que hemos aprendido. En la lista abajo vemos las tareas de la semana. Mientras que yo leo, firme con sus iniciales para indicar su compromiso con su familia y con el grupo de padres para completar cada tarea. Esta es la última sesión de *La Lectura en Casa* y por eso se deben continuar estas tareas como parte de la vida familiar.


LAS TAREAS DE LA SEMANA

Las Iniciales del Padre/Madre:

- _____ 1. Cada día voy a ser un oyente ACTIVO con cada uno de mis hijos, y también les voy a ayudar a practicar el escuchar ACTIVO.
- _____ 2. Voy a dirigir una sesión de narrar cuentos con mi familia.
- _____ 3. Cada día voy a hablar acerca de la lectura con cada uno de mis hijos.
- _____ 4. Esta semana voy a hacer una entrada por cada miembro de la familia en “El diario de lectura familiar.” Los formularios están al final de este manual.
- _____ 5. Esta semana voy a dirigir una sesión de lectura familiar. Cada uno de nosotros va a leer en silencio, después vamos a platicar acerca de lo que hemos leído.
- _____ 6. Voy a enseñarle a mi familia el juego de “el maestro de las palabras.”
- _____ 7. Voy a enseñarles a mis hijos las pistas de “la lectura para aprender.”
- _____ 8. Voy a visitar la biblioteca con mi familia para que mis hijos puedan utilizar los consejos de “la lectura para aprender” para explorar un tema.
- _____ 9. Voy a planificar unas actividades de lectura en grupo una vez cada semana para que cada uno de mis hijos lea en voz alta y escuche a los otros.



La lectura tiene que ser vista como una parte general del desarrollo del lenguaje y no como una habilidad desunida, aislada del acto de escuchar, hablar y escribir.



de Becoming a Nation of Readers
Consejo Nacional Sobre la Lectura

La Lectura en Casa

Estableciendo Hábitos de Lectura en Casa

TAREA PARA LA TERCERA SEMANA Y DESPUES

Marque (✓) cuando lo complete:

- _____ Cada día voy a ser un oyente ACTIVO con cada uno de mis hijos, y también les voy a ayudar a practicar el escuchar ACTIVO.
- _____ Voy a dirigir una sesión de narrar cuentos con mi familia.
- _____ Cada día voy a hablar acerca de la lectura con cada uno de mis hijos.
- _____ Voy a hacer una entrada para cada miembro de la familia en “El diario de lectura familiar” esta semana.
- _____ Esta semana voy a dirigir una sesión de lectura familiar. Cada uno de nosotros vamos a leer en voz baja, después vamos a hablar acerca de lo que hemos leído.
- _____ Voy a enseñarle a mi familia el juego de “el maestro de las palabras.”
- _____ Voy a enseñarles a mis hijos los consejos de “la lectura para aprender.”
- _____ Voy a visitar la biblioteca con mi familia para que mis hijos puedan utilizar los consejos de “la lectura para aprender” para explorar un tema.
- _____ Voy a planificar unas actividades de lectura en grupo una vez cada semana para que cada uno de mis hijos lea en voz alta y escuche a los otros.

Legendo Juntos Construye Buenas Costumbres de Leer.



Diario de Lectura de la Familia

La Fecha:

El Nombre del Lector..

El Autor

El Título del texto..

La Fuente del Texto:

¿De qué se trata la lectura?

¿Qué opina el lector acerca del tema del texto?

Academic Development Institute

Fundado en 1984

Academic Development Institute trabaja con familias, escuelas, y comunidades para que todos los niños puedan llegar a ser estudiantes auto dirigidos, los ávidos lectores, y ciudadanos responsables, respetando a sí mismo y a otros en sus comunidades. La visión de ADI es de un paisaje norteamericano llenado de comunidades escolares claras que reflejan las esperanzas y los sueños de las personas íntimamente conectadas a ellos. A esta imagen de la escuela como una comunidad, ADI es dedicado. Cuando la escuela funciona como una comunidad, sus componentes (estudiantes, padres, maestros, cuerpo de apoyo) asocia con el uno al otro y comparte valores comunes acerca de la educación de niños. En la raíz, los miembros de la comunidad escolar asumen responsabilidad para el uno al otro. Esos niños llegan a ser nuestros niños, y los padres no son agentes externos, pero socios llenos en la educación de sus niños y entrambos niños. Los maestros no son aislados a facultativos del pedagogía, pero los profesionales integraron en la web de la comunidad y mantuvieron a flote por propósito común.



Academic Development Institute

121 N. Kickapoo Street

Lincoln, IL 62656

(217) 732-6462

(217) 732-3696 (fax)

www.adi.org