



PLAN DE HÁBITO DE ESTUDIO

Teniendo en cuenta que nuestros estudiantes deben permanecer en sus hogares y continuar con sus procesos de enseñanza-aprendizaje, les entregamos algunas sugerencias en organización escolar y hábitos de estudio, con el objeto de lograr una óptima planificación de sus materias y asignaturas.



Plan de estudio: Planificar el tiempo dedicado al aprendizaje (Siempre con un descanso) estudio y recreación, **misma hora, mismo lugar físico.**

- Se sugiere de 30 a 45 minutos o más diarios, con un descanso de 15 minutos.
- En niños/as mayores a 8 años, establecer un horario en conjunto y responsabilizarlo/a también a él o ella. Es aconsejable aprovechar las mañanas.



Lugar de estudio: Puede ser su propia habitación o una pieza adecuada especialmente para el estudio.

- Libre de distractores (en lo posible silencioso), aislado buena iluminación, limpio y ordenado, mesa, silla.
- Al estar en el hogar evitar televisor encendido o celulares (estos últimos pueden ser utilizados siempre y cuando sean como complemento para la materia de estudio).
- Es recomendable que mantengan los materiales a mano para evitar la necesidad de levantarse e interrumpir los estudios.



Estrategias y técnicas de estudio, existen 3 técnicas:

Visual, lectura global, comprensiva, mapas conceptual, esquemas, resumir, destacar (utilice colores)

Auditiva, lectura oral, grabar y escucharse a sí mismo.

Kinestésica, aprender haciendo, caminar mientras se lee, esquema corporal.



Errores, factores que influyen:

Aprender todo un día antes, **no todo se memoriza, estudiar acostado,** no poner la adecuada atención en lo que se realiza, estar pendiente de otras cosas.



TIPS: Realizar calendario con organización diaria de las asignaturas que se reforzarán y el tiempo destinado para ellas.

- El apoderado debe ser mediador y monitorear el trabajo en casa.
- Nunca olvidar el refuerzo positivo, generar metas objetivas.



Beneficios de hábitos de estudio:

Desarrollarán autonomía, responsabilidad y compromiso frente al proceso escolar, éxito académico y buena autoestima.

Recordatorio: No asociar estudio con premios o castigos. Es importante generar la motivación por aprender más que por conseguir un regalo o evitar algo negativo, sin embargo, no olvide valorar y destacar cambios positivos.

“Cuando los niños/as y adolescentes comienzan con la educación sistemática, es el momento propicio para la instauración de los hábitos de estudios. Uno de los aprendizajes más importantes es el aprender a estudiar”.