

## **Destrezas de Estudio**

### **Study Skills**

**por Virginia Smith Harvey, Ph.D.**

**Universidad de Massachusetts- Boston**

### **Introducción**

Los niños de todos los grados experimentan frustración y fracaso en la escuela, no por falta de habilidad, sino por no poseer destrezas de estudio adecuadas. Los buenos hábitos de estudio son importantes para tener éxito en la escuela, para fomentar sentido de competencia, para desarrollar actitudes positivas y para ayudar a concientizar a los niños de que ellos pueden controlar su éxito en la escuela y en la vida. Los buenos hábitos de estudio crean la base para el desarrollo de hábitos de trabajo exitosos en la vida adulta.

Para que los niños aprendan buenas destrezas de estudio, los maestros y los padres deben trabajar juntos. Es de suma importancia ayudar a los niños a construir buenos hábitos, a desarrollar un sistema que trabaje para un niño individual y a utilizar el sistema de manera efectiva y consistente. Los estilos de aprendizaje preferidos varían de niño a niño. Los niños necesitan descubrir cómo aprenden y luego desarrollar un sistema de estudio que se ajuste mejor. Los padres de niños que están en la escuela elemental usualmente ayudan más a sus hijos que aquellos padres de adolescentes. Sin embargo, los adolescentes también necesitan apoyo paternal y estímulo a través de la escuela superior.

### **Cuatro Principios Básicos para Realzar las Destrezas de Estudio**

1. Haga el completar las asignaciones una experiencia positiva: asóciela con amor y afecto, libertad, diversión y control.
2. Haga el completar las asignaciones una situación de alta prioridad.
3. Utilice el completar las asignaciones para enseñar destrezas de organización y para perfeccionar destrezas de aprendizaje. Recuerde que el propósito primordial de las asignaciones es mejorar el aprendizaje y fomentar hábitos de trabajo.
4. Provea y refuerce consecuencias lógicas y significativas.

### **Haga el Completar las Asignaciones una Experiencia Positiva**

Asóciela con amor y afecto, libertad, diversión y control. Maneras posibles de hacer esto son:

- Proveer apoyo y elogio por completar la asignación.
- Estar disponible para proveer asistencia, no crítica.
- Darle al niño opciones de cuándo, dónde y cómo completar las asignaciones.
- Animar a sus niños a completar las asignaciones lo suficientemente bien como para que tengan un sentido de control sobre sus propios niveles de aprendizaje y competencia.
- Mantener una actitud positiva y de ayuda: evite la crítica y el enojo.

- Ayudar a los niños a entender qué tipo de asignaciones ellos disfrutaban y animarlos a escogerlas de acuerdo a ello. Algunos prefieren reportes escritos, otros prefieren proyectos manuales.
- Utilizar las preferencias de asignaciones para desarrollar una lista según ese orden. Algunos niños prefieren hacer las asignaciones que les agradan menos primero, mientras que otros prefieren hacer el trabajo fácil primero.
- Cuando a un niño le desagrade una materia, buscar maneras para hacerla menos frustrante. Por ejemplo, establecer una meta para completar cinco problemas de matemática y luego tomar un descanso.
- Animar a sus niños a participar en grupos de estudio con sus amigos. Investigaciones han demostrado que los niños que forman grupos de estudio alcanzan un nivel mucho más alto que aquellos niños que siempre estudian solos.
- Animar a su niño a divertirse ya sea comiendo una merienda, llamando a sus amigos, comenzando una actividad o viendo un programa favorito, cuando haya terminado su asignación.
- No utilizar la asignación como un castigo.
- Escuchar con atención, y animar a su niño a preguntar sobre aquellas cosas que son difíciles de entender.
- Separar tiempo para que sus niños puedan compartir con usted las destrezas e información que están adquiriendo.
- Ayudar a los niños a estudiar para exámenes, preguntándoles el material de una forma amistosa.
- Hacer que sus niños se imaginen como estudiantes excelentes. Entonces piense qué se necesita hacer para convertir eso en una realidad.

### **Haga el Completar las Asignaciones una alta Prioridad**

- Haga claro que usted espera que sus niños completen bien las asignaciones.
- Establezca una rutina de estudio: los niños deberían tener el hábito de estudiar a la misma hora y en el mismo lugar cada día. Los niños y los padres deberían decidir juntos la rutina, tomando en consideración las actividades programadas, compromisos familiares y programas de televisión favoritos. Además, considere las habilidades del niño para concentrarse a diferentes horas del día. Muchos niños de escuela elemental están muy cansados después de la cena y lo demuestran teniendo problemas para concentrarse, frustrándose con facilidad y completando las tareas lentamente. Idealmente, la familia se pone de acuerdo en cuanto a la hora de estudio, la televisión y el estéreo están apagados, las llamadas telefónicas no son contestadas y la familia completa estudia, lee o termina trabajo de papeleo.
- Establezca un lugar de estudio con buena iluminación y una mesa o escritorio. Algunos niños prefieren estudiar en sus propios cuartos. Otros lo hacen mejor si estudian en la mesa de la cocina u otro lugar cerca de la ayuda paternal. Algunos niños pueden estudiar con ruido de fondo leve como la música. Pocos pueden estudiar efectivamente frente a la televisión y la mayoría necesita

silencio ininterrumpido. Otros niños pueden preferir trabajar en la biblioteca y necesitarán transportación.

- Tenga suministros a mano incluyendo encuadernadores, libretas, papel, libros, bolígrafos, libros asignados, borradores, diccionarios, una calculadora, regla, perforadora de papel, cinta adhesiva, pegamento, libros de referencia y/o programas.
- Demuestre y refuerce que el completar las asignaciones es una prioridad mayor que otras actividades. Un niño no debería ver televisión y hablar con amigos sin antes haber acabado las asignaciones, a menos que se haya separado tiempo más tarde en el día para completarlas.
- Reduzca las actividades si un niño tiene tantos compromisos que no hay suficiente tiempo para las asignaciones.
- Tenga ayuda disponible para cada materia. Esta puede ser un padre, vecino, amigo, línea de ayuda magisterial, un servicio de ayuda para las asignaciones a través de la red internacional de comunicación o un tutor. El ayudante necesita ser alguien con amplio conocimiento sobre la materia y que pueda ayudar al niño sin enojarse o frustrarse.
- Establezca una expectativa familiar donde estudiar para los exámenes se espera y toma prioridad sobre otras actividades.

### **Utilice el Completar las Asignaciones para Enseñar Destrezas Organizacionales y Mejorar el Aprendizaje**

Recuerde que el propósito principal de las asignaciones es mejorar el aprendizaje y fomentar hábitos de trabajo. Maneras posibles de hacer esto son:

- Estimular a su niño a utilizar una libreta de tareas, a escribir diariamente en ella todas las asignaciones y marcarlas una vez las haya completado. Su niño debería también dividir las asignaciones de largo plazo tales como proyectos, en partes más pequeñas y escribir cada parte en el libro de tareas. Muchos niños encuentran que poner otros compromisos en la misma libreta les ayuda también, incluyendo lecciones de música, deportes y empleos.
- Animar a sus niños a estimar cuánto tiempo les tomará el completar cada asignación y planificar su itinerario de acuerdo con ellas.
- Ayudar a sus niños a establecer metas considerando cuan bien quieren hacer en una tarea y cuánto esfuerzo tomará para hacerlo así de bien.
- Ayudar a sus niños a aprender a planificar para que puedan terminar las tareas a tiempo. Deberían empezar trabajando en tareas mayores o repasando para exámenes mayores con anticipación.
- Ayudar a sus niños a extender su tiempo de concentración. Al principio puede ser que solo puedan concentrarse por 10 minutos. Los padres pueden ayudar a sus niños a alargar ese tiempo de forma gradual, para que así las asignaciones tomen menos tiempo. Aun los estudiantes de escuela superior deberían tomar un descanso de 10 a 15 minutos luego de haber estudiado 45 ó 50 minutos. De otra manera, pierden la habilidad para concentrarse.
- Animar a su niño a que circule los verbos en las instrucciones.