

BIENESTAR ESCOLAR

EL TIEMPO LIBRE Y LOS NIÑOS

El tiempo libre de los niños es aquel que queda después de sus obligaciones escolares y familiares. Es un tiempo que es llenado por ellos mismos con actividades libres y espontáneas que no son otra cosa que juegos; la actividad más natural del niño. Desgraciadamente los niños de la ciudad disfrutan de tiempo libre y normalmente, este tiempo se suele malgastar delante del televisor o durmiendo.

Nuestra institución ofrece actividades tales como:

Natación: Los días lunes de 2:30p.m. a 5:00 p.m., los estudiantes realizan sus clases de natación aprovechando a realizar actividad física y aprendiendo un nuevo deporte.

Banda Marcial Infantil: Los estudiantes que quieran pertenecer a la banda marcial realizan sus ensayos los días martes de 3:30p.m. a 5:30 p.m., ellos participan en desfiles con la institución y en concursos de bandas del sector.

Gimnasia y Danzas: Si se trata de disfrutar con el ejercicio y el baile los miércoles de 3:30 p.m. a 5:30 p.m., disfrutan de diferentes ritmos, movimientos y ejercicios para desarrollar habilidades artísticas.

Fútbol: Para todos aquellos amantes del fútbol los días jueves de 3:30 p.m. a 5:30 p.m., con su uniforme deportivo se mejoran las técnicas y rendimiento físico.

LOS HABITOS DE ESTUDIO

El hábito de estudio es un paso imprescindible para desarrollar la capacidad de aprendizaje del niño y para garantizar el éxito en las tareas escolares. Aunque este hábito empieza a establecerse hacia los siete u ocho años, depende de otros hábitos (concentración, orden, atención..) que han de fijarse antes.

Un niño que ha crecido respetando límites, rutinas y hábitos (sueño, alimentación, higiene..) no presentará muchas dificultades cuando afronte la tarea de adquirir el hábito de estudiar. Sin embargo, aquél que no ha conocido rutinas, límites ni orden le será muy difícil adquirir un hábito como el del estudio que exige concentración y atención.

El hábito de estudio se adquiere a fuerza de repetirlo. No es necesario esperar a que el niño tenga deberes o exámenes. Lo ideal sería que, desde pequeño, se acostumbre a concentrarse en una tarea durante un rato con el fin de ir entrenando esta facultad.

Desde pequeño, se puede acostumbrarle a estar cada día concentrado unos minutos e ir aumentando el tiempo poco a poco. Para ello, actividades como dibujos, rompecabezas ,cuentos,

poemas infantiles, adivinanzas y cualquier tipo de tarea que le exija concentración y memorización además de que le guste. Es muy importante que acabe toda aquella tarea que comience.

Para iniciar el hábito de estudio, habrá que respetar cuatro reglas básicas:

☑ Hacerlo siempre en el mismo lugar.

☑ Tener todo el material de trabajo al alcance de la mano.

☑ Planificar o estimar de antemano el tiempo que se dedicará a cada tarea.

☑ Hacerlo siempre a la misma hora: durante la semana las primeras horas de la tarde y los fines de semana en las horas posteriores a levantarse, serán los momentos más aconsejables.

¿CÓMO ESTUDIAR?

1. Entender lo que se lee: tras una primera lectura general (los padres podemos ayudar preguntándole si hay algo que no ha entendido). Al terminar esta primera lectura el niño deberá tener una idea general sobre el tema.

2. Durante una segunda lectura, más pausada, se intentará encontrar las ideas principales (normalmente una por párrafo) y diferenciarlas de las secundarias. Se aprovechará para subrayar: ideas principales de un color (verde), ideas secundarias de otro (rojo). Después de este subrayado, normalmente, el tema se habrá reducido a una cuarta parte del original.

3. Se escribirán las ideas principales aparejadas con sus secundarias formando un resumen del tema. Este resumen será muy útil para repasar o recordar lo aprendido si ello fuera necesario.

4. Hacer un esquema del resumen (por ejemplo un esquema de llaves) en este esquema sólo incluiremos palabras clave. El niño dispondrá de un cuaderno para almacenar sus esquemas.

5. Memorizar, para ello será imprescindible que el tema se haya comprendido en su integridad y que no haya dudas. A la hora de memorizar hay una serie de pequeños trucos que nos pueden ser de gran utilidad:

☑ Fijarse en las fotos y dibujos del libro, esto ayudará a recordar donde estaba el texto y lo que decía.

☑ Repetir el tema recitándolo con el esquema delante hasta que éste último ya no sea necesario.

☑ Estudiar lentamente y tomarse descansos (10 minutos tras la primera hora de memorización, 15 minutos tras la segunda...).

☑ Repasar lo aprendido.

☑ Hacer reglas nemotécnicas (truquillos lingüísticos elaborados por nosotros mismos con las iniciales de palabras a recordar).

¿CÓMO ORGANIZAR EL TRABAJO EN CASA?

Organizar el trabajo en casa es lo primero que hay que hacer para llevar a la práctica los objetivos que nos planteamos. Para ello hay que cumplir las metas propuestas y ajustarse a un horario. Estudiar sin organización es como ir y venir por caminos, sin haber decidido previamente cual de ellos es el que nos interesa.

Por eso conviene tener en cuenta las siguientes sugerencias:

☒ Hacer un horario

☒ Al comenzar el curso es conveniente tener un horario para el estudio. Este horario será fijo y empezará cada día a la misma hora.

☒ Es muy importante iniciar el estudio a la hora prevista, ni un minuto después.

☒ Al repetir todos los días el mismo horario, se adquiere el hábito y cada vez cuesta menos empezar.

☒ Organizar el trabajo☒ Una vez que nos hemos sentado a trabajar a la hora prevista, dedicaremos un momento a decidir qué es lo que vamos a hacer primero, qué haremos a continuación...y qué dejaremos para el final.

☒ Para ello, tendremos en cuenta todas las actividades: tareas para casa, estudio, repaso, trabajos, etc.

☒ Normalmente, es mejor que empecemos por lo que nos resulte medianamente difícil, continuar con lo más difícil y dejar para el final lo más fácil.

☒ Poner en práctica lo que hemos decidido

☒ Lo más importante del horario es cumplirlo, si no lo hacemos es muy probable que se nos pase el tiempo inútilmente.

☒ Seguro que vamos a encontrar muchas excusas que nos incitarán a dejarlo para otro momento. Si esto ocurre, tendremos que concentrar todos nuestros esfuerzos para evitarlo.

☒ Es muy importante cumplir lo que nos hemos propuesto. Si lo hacemos nos sentiremos felices y contentos con nosotros mismos.

En caso contrario, nos sentiremos incómodos.

☒ Ante las dificultades, no rendirse. Con esfuerzo y voluntad se consigue todo.

LA COLABORACIÓN DE LOS PADRES EN LAS TAREAS ESCOLARES

Una actitud de los padres que sirva para estimular el gusto por aprender posibilitará el éxito en el estudio. El acoso y la vigilancia intensiva de los

niños sin permitirles que asuman responsabilidades a la hora de realizar su trabajo, pueden ser tan perjudiciales como la falta de hábitos de estudio y las normas incoherentes. Por todo ello, proponemos una serie de actitudes a mantener por parte de los padres que, sin duda, podrán ayudar a los niños en su labor como estudiantes:

☒ Ayudar al niño no quiere decir que debemos hacerle su trabajo; nos mostraremos interesados por lo que hace y dispuestos a ayudarle en sus dudas, pero solamente él deberá realizar el trabajo.

☒ Exigirle y al mismo tiempo animarle a confiar en sus posibilidades siempre que se esfuerce. Hacerle marcarse metas concretas y reales, además de recordárselas cuando sea preciso: “Hemos acordado que todos los días dedicarás media hora a la lectura, te avisaré cuando se cumpla, vuelve a tu sitio”

☒ Transmitirle respeto por todo lo relacionado con su vida escolar:

cuidaremos la puntualidad, que acuda siempre con todo el material necesario y que lo cuide. Nunca desautorizaremos al profesor o hablaremos mal de él en presencia del niño. Cualquier duda o discrepancia que exista debe tratarse directamente con el profesor.

☒ Si tenemos que dirigir alguna crítica o reproche será siempre hacia el trabajo realizado y nunca hacia el propio niño Si le aplicamos determinadas etiquetas es posible que acabe asumiéndolas.

☒ Reforzar (alabar, premiar) sus logros, esto aumentará su confianza y elevará sus deseos para continuar mejorando.☒ Ante los pequeños fracasos impulsarle a no caer en el desánimo, ayudarle a mejorar y a buscar alternativas para superar las dificultades. El castigo y la amenaza para solucionar la falta de rendimiento raramente son eficaces; suele ser más beneficioso reforzar (premiar) los esfuerzos y logros.

☒ No caer en las comparaciones con otros niños o con los hermanos. Puestos a establecer comparaciones, que estas se refieran siempre a las propias tareas del niño: “Escribes con menos faltas que hace un mes”.

☒ Mantenerse informados de lo que ocurre en la escuela, de la relación del niño con los compañeros y profesores. Intentar implicarse en la vida y las actividades del colegio, todo ello transmitirá al niño la idea de lo importante que resulta para sus padres todo lo relacionado con la escuela.

☒ Recordar siempre que los hijos tienden a comportarse según lo que ven en casa: el hecho de que veamos en la televisión junto con ellos programas culturales o divulgativos, que tengamos actividades de ocio como visitas a museos o parques naturales, que practiquemos deporte, que nos vean leyendo.. Y que además de todo ello, nos encargemos de facilitarles situaciones en las que puedan llevar a la práctica lo estudiado o les estimulemos para aprender cosas nuevas estaremos facilitando enormemente sus actitudes para el trabajo escolar.

ESCUELA DE PADRES "COMPROMISO, DEDICACIÓN Y AMOR"

Es un proyecto establecido con el objeto de compartir, difundir, actualizar y proyectar conceptos fundamentales para el desarrollo de los padres en beneficio de la familia y por ende de la institución. Siendo un proceso sistemático y progresivo de educación continuada, ofrece a la familia elementos y medios que le permiten asumir en forma consciente y responsable su vocación y misión de educar integralmente a sus hijos.

DE LA MANO DE NUESTROS HIJOS

SIETE HERRAMIENTAS CLAVE PARA CRIAR HIJOS SANOS

La combinación de estas herramientas proporciona lo que sus hijos necesitan; una sola no surte el efecto deseado:

1. Un buen mensaje de amor, que llegue a través de actos, palabras, gestos o caricias. Asegúrese de que su hijo se sienta amado.
2. Una disciplina efectiva, que no es más que una serie de reglas que ayudan al niño a entender que es correcto y qué no.
3. Poner límites, saber decir "no" cuando es necesario.
4. Una combinación clara, que implica decir y hacer lo que se dice.
5. Averiguar cuál es la causa que motiva el comportamiento inadecuado del niño. Un niño no se porta mal porque sí.
6. Establecer metas a corto plazo, con los hijos nada funciona a largo plazo.
7. Ser paciente y tolerante, pero firme. Esta combinación es clave del éxito.

ORIENTACIÓN

Objetivo General:

Contribuir a la formación integral de la comunidad educativa apoyando los procesos de aprendizaje, y promoviendo el bienestar personal, familiar y social, a través de los proyectos educativos, la atención oportuna y la participación en la vida académica y comunitaria, a la luz de los valores Comteanos.