

CUESTIONARIO DE AUTOOBSERVACIÓN ANTE EL ESTUDIO PARA EL ALUMNADO

ANTES DE ESTUDIAR

1. ¿He cuidado mis condiciones físicas: sueño, cansancio...?
2. ¿He preparado el material que voy a necesitar?
3. ¿He planificado lo que voy a hacer en esa tarde y he priorizado lo más urgente?

AL ESTUDIAR

4. ¿He mirado títulos y subtítulos?
5. ¿He analizado los gráficos e ilustraciones del tema que voy a estudiar?
6. ¿Me he hecho preguntas sobre lo que yo sé de los títulos e ilustraciones?
7. ¿He realizado una lectura general del tema para tener **una idea de conjunto** de lo que voy a estudiar?
8. Al comenzar a estudiar, ¿he usado el diccionario cuando desconozco las palabras del material que estudio?
9. ¿He hecho subrayados lineales, estructurales o de realce de lo que he estudiado?
10. ¿He realizado esquemas del material que he estudiado en caso de haberlo necesitado?
11. ¿He intentado relacionar la materia que estudio con lo que yo ya sabía del tema o con mi experiencia en la vida diaria?
12. ¿He estudiado comprensivamente? ¿He

anotado al margen de la página con una “?” las dudas para luego preguntarlas bien a un compañero o al profesor?

13. Cuando he terminado de estudiar ¿He vuelto a mirar el material globalmente, haciéndome preguntas sobre lo estudiado?

DESPUÉS DE ESTUDIAR

14. ¿He realizado repaos periódicos del material que he estudiado para no olvidar la materia? **Estos repaos deben ser espaciados en el tiempo.**

ESTE CUESTIONARIO PUEDES PASÁRTELO CUANDO TERMINES EL PERÍODO DE ESTUDIO DE UN DÍA. SI HAS CONTESTADO QUE NO EN ALGÚN ASPECTO DEBERÁS MEJORARLO EN LA SIGUIENTE SESIÓN DE ESTUDIO.

RECUERDA QUE LAS TÉCNICAS DE TRABAJO INTELLECTUAL TE AYUDAN A COMPRENDER Y RECORDAR EL MATERIAL QUE ESTUDIAS, Y QUE REQUIEREN UN PERÍODO DE APRENDIZAJE. (UTILÍZALAS DIARIAMENTE)

Para más información:

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN



JUNTA DE ANDALUCÍA
I.E.S "VEGA DE ATARFE"
Avda. Diputación S/N
18230 - ATARFE (GRANADA)

Teléfono: 958-893937
Administración y fax: 958-893943
Correo: 18009407_edu@juntadeandalucia.es
<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/18009407/helvia/sitio/index.cgi>

Orientador: Francisco Rivera Fernández

CÓMO AYUDAR A SU HIJO/A EN LOS ESTUDIOS

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

"Vega de Atarfe"



**GUÍA INFORMATIVA
PARA MADRES Y PADRES**

VERSIÓN 1.2

FACILITANDO HÁBITOS Y RUTINAS DE ESTUDIO.

¿QUÉ DEBE SABER SOBRE LA ACTIVIDAD DE ESTUDIO QUE REALIZA SU HIJO/A?

- La labor del estudiante no puede sostenerse sin los agentes que median en su formación: alumnado, familia, profesorado, compañeros/as, círculo de amistades, medios de comunicación... Su labor como padres y madres **es esencial en esta tarea aunque no determinante**.

- Como padres y madres tenemos que saber que el estudio que deben realizar nuestros hijos/as **conlleva un esfuerzo** que no todo el alumnado está dispuesto a asumir por diversas circunstancias de índole personal, social... pero que ese esfuerzo que realiza puede verse gratificado cuando comprende lo que estudia y a largo plazo por la formación que podrá adquirir.

QUÉ NO DEBERÍA HACER PARA AYUDAR A SU HIJO O HIJA:

- Querer organizar la vida de su hijo/a sin ni siquiera preguntarle sobre lo que él opina: actividades a las que se tiene que apuntar, cuándo tiene que estudiar, qué optativas tiene que elegir...

- Recordarle continuamente lo que tiene o no que hacer. Actuar como un disco rayado sin importarle otros temas de carácter personal o social.

- Chantajearle con premios que luego puede que no cumpla (Si apruebas te compro la moto...). La gratificación primera que debería tener un estudiante es la del propio esfuerzo y las metas que se propone, después el reconocimiento por parte de los padres del trabajo desarrollado a través de la palabra, el gesto amable...

- Desentenderse de las tareas que realiza su hijo y no pedirle ninguna responsabilidad dejándole hacer lo que quiera: ver la tele, poner el ordenador, jugar con la play...

- Ser un mal ejemplo para su hijo e hija.

CÓMO AYUDARLE PARA QUE SE ORGANICE EN EL ESTUDIO:

Esta práctica debe utilizarse cuanto antes mejor. Se trata de que tenga un tiempo donde él pueda desarrollar el trabajo que se le encomienda en el Instituto.

- Para ello lo primero que debe tener es un **lugar** en el que pueda desarrollar su horario de estudio por las tardes sin distractores que le puedan entretener.

- Procure que ese lugar sea un lugar donde su hijo **pueda estar tranquilo** y que disponga del material necesario para que pueda estudiar.

- Facilitarle una agenda donde pueda anotar las tareas que lleva.

- Supervisar el horario de estudio regular consensuado con los padres.

- Distinguir los distintos ritmos de aprendizaje: hay alumnos y alumnas que se cansan pronto al realizar las tareas escolares, con lo que es posible que alternen el horario de estudio con pequeños descansos. Otros aguantan más y son capaces de tener un horario más prolongado.

- Que administre bien las gratificaciones por haber estudiado: felicitarle por haber estudiado, ver la tele, escuchar música, salir a la calle...

- Pedir ayuda en caso que detecte que su hijo o hija tiene dificultades para aprender o para estudiar.

EL COMPROMISO DE ESTUDIO

El primero que debe estar dispuesto a estudiar es su hijo/a. Por ello el alumnado que voluntariamente ha querido, ha firmado un contrato con los siguientes acuerdos:

“- Asistir diariamente a clase y con puntualidad.

- Planificar mi tiempo de estudio por las tardes: estudiar todos los días, aunque no lleve actividades, a unas horas fijas y a llevar y presentar semanalmente el autorregistro de estudio.

- Cuidar mis condiciones de estudio: lugar, ruidos...

- Seguir las orientaciones del Departamento de Orientación en cuanto a metodología de estudio y técnicas de estudio.

- Presentar las actividades y trabajos que se me encomienden de

todas las materias que llevo.”

CREANDO HÁBITOS Y RUTINAS. EL AUTORREGISTRO DE ESTUDIO

La actividad de estudio por las tardes conlleva una serie de hábitos y rutinas que su hijo/a debe respetar. Para ello le hemos facilitado un autorregistro de estudio. Para que entiendan cómo funciona les indicamos algunos aspectos importantes que debe saber:

- En una cara:
 1. Su hijo/a deberá anotar el tiempo que está dispuesto a estudiar diariamente y qué horas serán las que utilizará diariamente al estudiar.
 2. Deberá anotar las materias y las ACTIVIDADES Y ESTUDIO que realiza por las tardes.
 3. Deberá valorar una vez que termine cómo ha realizado el trabajo.
 4. Luego deberá anotar el número de horas que estudia no dejando el estudio de los exámenes para el último día.
- En otra cara:
 1. Deberá anotar las tareas que lleva para casa, no el día que se las ponen sino el día que las tiene que traer.
 2. Deberá anotar los exámenes que tiene y las calificaciones que va obteniendo en rojo.

El autorregistro se entiende como una técnica de autocontrol en el que el alumno/a responsabiliza de lo que hace.

EL ALUMNADO AYUDANTE

Determinados alumnos y alumnas del Centro, como actividad solidaria, se han prestado a hacer un seguimiento con el registro de estudio supervisando la labor que realizan sus compañeros/as.

Estudiar puede ser una actividad gratificante cuando entiendo lo que estudio y sé para qué me puede servir.

