



## decálogo para padres

# Cómo conseguir que el estudio de nuestros hijos sea más eficaz

MERCEDES JIMÉNEZ VERA. PSICOPEDAGOGA. MAESTRA DE EDUCACIÓN ESPECIAL. MASTER EN PSICOLOGÍA EMOCIONAL

Aprender a estudiar no es imposible. Pero tampoco es algo que pueda hacerse sin trabajo y sin esfuerzo. Lo más importante es la fuerza de voluntad y la energía interior. A continuación, planteamos una serie de pautas y consejos para que el esfuerzo de nuestros hijos ante el estudio sea eficaz y efectivo.

- 1 A estudiar se aprende estudiando.** Tenemos que intentar que nuestros hijos estudien mucho pero, sobre todo, que estudien bien. Podemos hacer más fácil ese aprendizaje si utilizamos técnicas apropiadas a su personalidad y a la edad.
- 2 La clave: el trabajo bien hecho.** Debemos hacerles comprender que su principal motivo de estudio debe ser la satisfacción y el bienestar que produce el trabajo bien hecho.
- 3 El mejor premio: nuestro cariño, afecto y dedicación.** Además, no debemos suplirlo ni con juguetes ni con dinero. Los premios deben ser proporcionados al esfuerzo realizado y las promesas han de ser siempre posibles. Nunca hay que prometer o amenazar con algo que no podamos cumplir.
- 4 Cada persona es única.** No se debe comparar a los hijos entre sí, ni con los compañeros. Lo único que se consigue es hundirlos. Recuerde: no todas las personas tienen las mismas capacidades.
- 5 El lugar de estudio sí que importa.** Siempre se debe estudiar en el mismo sitio. La familiaridad con el entorno favorece la concentración y evita las distracciones. El espacio ha de ser silencioso, con una temperatura agradable y bien iluminado.
- 6 Sobre todo: organización.** Es fundamental aprovechar el tiempo. No hay que dejar la organización del estudio a la improvisación, pues corremos el riesgo de que no estudien materias que no les gustan. No por muchas horas de estudio se aprende más o mejor. Han de ser sistemáticos y ordenados.
- 7 La rutina: su mejor aliada.** Seguir un horario y comenzar siempre a estudiar a la misma hora favorece el aprovechamiento del tiempo y su concentración.
- 8 La lectura es la base de todo aprendizaje.** La lectura desarrolla la inteligencia y mejora el estudio. Si queremos que lean,



- lo mejor es apagar el televisor, leer en familia y tener siempre a mano libros entretenidos e interesantes.
- 9 No hay que dárselo todo hecho.** Son ellos los que deben sacar las ideas principales de lo que están estudiando, por eso es mejor ayudarles solo al principio.
- 10 Hacer un resumen o un esquema no es una pérdida de tiempo.** Ayuda a diferenciar lo importante de lo que no lo es. Deben aprender a interiorizar lo que estudian.
- 11 Una actitud siempre positiva ante el estudio.** Es importante sentarse con ellos, de vez en cuando, para ver cómo van esos deberes y si están aprovechando el tiempo. No podemos sentarnos solo para regañarles después de las notas. Mejor antes y con serenidad para poder ayudarles.
- 12 Ayudar pero sin controlar.** Es importante analizar qué, cómo, cuándo y dónde estudian, para poder hacer un buen seguimiento y llegar al consenso con ellos. Los hijos han de percibir que los padres no pretenden imponer, sino ayudar sin controlar.
- 13 Ante los exámenes.** Han de hacerlos siempre sin miedo a las notas. Hay que darles el valor que tienen. No son lo más importante ni lo único que debemos valorar en sus estudios.
- 14 Ni castigos ni riñas cuando estamos enfadados.** Porque, además de quitarnos algo de razón, nos resta objetividad. Han de entender que no nos satisface lo que han hecho, pero que les seguimos queriendo.
- 15 Ofrecer alternativas.** Si su conducta no nos gusta hay que ofrecer alternativas para erradicarla. No basta con decirle a nuestro hijo que no puede hacer una determinada cosa. Hay que sugerirles algo así como: «Debes hacer esto, en lugar de aquello».
- 16 El mejor refuerzo: los padres.** Porque lo que los hijos desean y anhelan siempre es que sus padres los quieran y los tengan en cuenta.

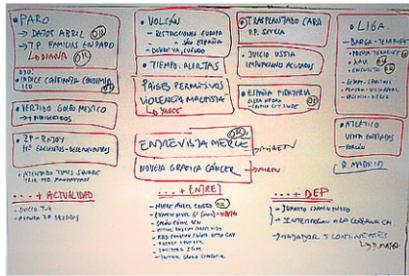
ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA  
[www.psicocaragon.es](http://www.psicocaragon.es)

## Tu pizarra digital

### ¿CÓMO SE LIMPIA UNA PIZARRA DIGITAL INTERACTIVA?

PAUL BOUTROUX

La semana pasada, en tres colegios me hicieron esta pregunta y son bastantes los profesores que lo han consultado. Muchas pizarras son táctiles y se ensucian con nuestros dedos. En algunos casos, tenemos que eliminar marcas de rotuladores permanentes o de tinta seca -para pizarra blanca-.



Con estas breves indicaciones, explicaremos fácilmente cómo se puede hacer. Solo hay que seguir estos pasos para mantener una PDI como nueva.

- Lo primero, para limpiar la pizarra deberemos apagar el ordenador y poner el proyector en modo 'inactivo'.
- Pulverizaremos en una toalla de papel un poco de líquido de limpieza o limpiador de cristales y limpiaremos la pizarra. El jabón líquido no debe ser abrasivo; es importante que no contenga ni lejía ni amoníaco o similar. Atención: no debemos pulverizar el líquido directamente en la pizarra. Hay que hacerlo siempre sobre la toalla de papel o un paño.

Pero, ¿qué tenemos que hacer para eliminar marcas de rotuladores permanentes: si queremos eliminar marcas de rotuladores de tinta indeleble, las cubriremos con un limpiador comercial para pizarras blancas o un disolvente de limpieza. Esperar unos segundos y quitar las marcas con un paño limpio.

¿Y para evitar daños a la superficie de escritura?: los instrumentos puntiagudos, como los bolígrafos o los rotuladores de punta fina, deben mantenerse alejados de la PDI. Aunque su superficie es muy duradera, este tipo de elementos pueden dañarla, si se aplican con una fuerte presión o un golpe.

Si tenéis más dudas, intentaremos resolverlas aquí.

[www.lapizarradigital.es](http://www.lapizarradigital.es), @PaulBoutroux y [pboutroux@pbxtecnologias.es](mailto:pboutroux@pbxtecnologias.es)  
 ¡Felices Fiestas del Pilar!

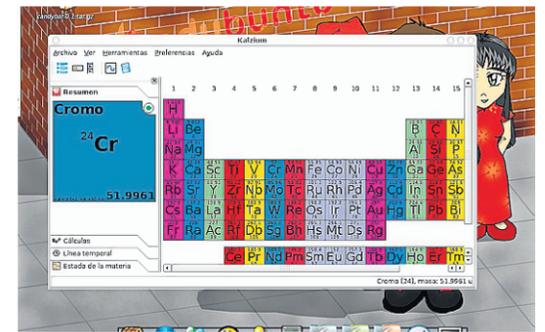
## me apetece...

### SOFTWARE LIBRE, CASTILLOS Y JUEGOS DE PAZ

MARISANCHO MENJÓN

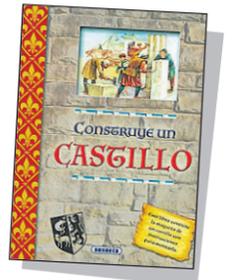
#### EDUBUNTU Y OTROS

Existen numerosos recursos didácticos de software libre pensados específicamente para las escuelas. Algunos de los más interesantes, basados en Linux, son Edubuntu, Gcompris y Educenix. Son gratuitos, se instalan fácilmente y contienen una asombrosa variedad de actividades, en general para niños de entre los 3 y 10 años, aunque en algunos casos se incluyen también otras más avanzadas, para la etapa de secundaria y bachillerato. Casi todas son juegos educativos que abarcan todo tipo de áreas, desde la propia enseñanza de la informática hasta la geografía, el ajedrez, las matemáticas, la lógica o el arte. E incluso juegos-juegos, es decir, de puro entretenimiento. Aquí van los enlaces: <http://memnon.i.uam.es/> (Educenix), <http://gcompris.net> y <http://www.ubuntu-es.org>



#### CONSTRUYE UN CASTILLO

La vida en la Edad Media es, seguramente, el tema histórico por antonomasia, el más atractivo para la mayoría. Será porque está rodeado de un halo legendario, porque los relatos sobre caballeros, castillos, batallas y señores feudales dan mucho pie para estimular la imaginación, o porque el misterio del arte románico y sus enigmáticas figuras invita a jugar a desentrañar sus claves. Tal vez. Todo eso contienen las páginas de este libro de Susaeta, lleno de ilustraciones sugerentes, explicado con lógica y claridad, con despleables, anécdotas... y las piezas para construir un precioso castillo con su torre, sus almenas, su foso y su patio de armas. Solo hace falta pegamento, rotulador, dedos hábiles y un poco de paciencia.



#### PARA LA PAZ

El 'bullying' o acoso escolar y los conflictos entre compañeros en la escuela son problemas muy serios, muy duros para quien los padece pero también hacen daño a quien los provoca y a quienes simplemente los presencian como testigos pasivos. La parte buena es que se pueden atajar; o, mejor, incluso prevenir. Para ello hace falta la implicación de toda la comunidad escolar, una implicación abierta y decidida, que no se enfoque hacia otra cosa que no sea el bienestar de los niños. De las muchas web que proporcionan información y ayuda, recomendamos una que propone juegos para la cooperación y la paz: son inteligentes, útiles y entretenidos. Previenen problemas, ayudan a que los chicos se conozcan mejor y se apoyen mutuamente, fomentan la autoestima y la confianza, la comunicación... Un gran trabajo. [http://www.ctv.es/USERS/avicent/Juegos\\_paz/](http://www.ctv.es/USERS/avicent/Juegos_paz/)

