

Consejos para crear un buen hábito de estudio

1. Preparar una zona de estudio.

Podemos **destinar una parte de la habitación** de nuestro hijo para ello. Basta con colocar una mesa y una estantería. No es necesario que sean muy grandes pero sí que le permita tener sus libros, apuntes y material escolar ordenados.

Si no fuera posible hacerlo en su propia habitación, podríamos ubicar la zona de estudio en otra parte de la casa siempre que invite al estudio. Sí **es importante que sea una zona determinada** y que esté siempre disponible.

Utilizar la mesa de la cocina o del comedor puede ser complicado, ya que tienen también otras funciones y pueden no estar accesibles en el momento necesario.

2. Buscar el mejor momento para estudiar.

Aunque lo más habitual suele ser después de la merienda y antes de jugar o ver la tele, los expertos recomiendan **hacer los deberes o estudiar primero** y después realizar una tarea agradable para evitar que los niños asocien la idea de estudiar a un "castigo".

El tiempo que un niño tiene que dedicar a sus deberes depende del volumen de trabajo que traiga desde la escuela, pero hay que tener en cuenta ciertos límites.



Conviene empezar con periodos cortos de tiempo. Al



Conviene empezar con periodos cortos de tiempo. Al principio basta con 10-15 minutos, luego 20-25 minutos e ir aumentando a medida que avanza el curso.

Y mientras estemos en los primeros años de educación primaria **no deberíamos exceder nunca los 50 minutos.**

Si nuestro hijo no es capaz de terminar en este tiempo, probablemente tendríamos que trabajar sobre los requisitos previos para mejorar su eficacia.

3. Asentar la rutina de estudio.

Conseguir que nuestro hijo sepa estudiar y lo haga de forma exitosa no es tan difícil como imaginamos.

Se trata de **que sea constante en sus trabajos** y una vez que los niños ven que en el colegio se les valora por esto, las cosas suelen ir desarrollándose de manera fluida.

Por ello hacer deberes o estudiar se debe convertir en un **hábito diario**, al menos, entre semana.

¿Cómo ayudamos los padres a crear hábitos de estudio?

La actitud que mostramos los padres ante las capacidades y actitudes de nuestros hijos no pasan desapercibidas para ellos.



Es importante que los padres **valoremos su capacidad de trabajo** en su justa medida. Por un lado, debemos animarles a estudiar y facilitarles las cosas. Pero no debemos olvidar que los niños son algo más que lo que consiguen a nivel académico. Las notas no son lo único valorable en su conducta.

A los niños, **las rutinas les dan seguridad** y les ayudan a moverse en su mundo. Conseguir que se sienten todos los días a hacer deberes puede ser algo costoso al principio pero, una vez que lo consiguen, debemos ayudarles a que se convierta en costumbre.

Si la vida de los adultos que tienen alrededor es desordenada o poco rutinaria, les costará más crear el hábito de estudio. Los padres trataremos de **interferir lo menos posible en la rutina de los niños.**