

Lunes 15 de septiembre

PARA QUE LE VAYA BIEN EN
LA EDUCACIÓN PRIMARIA
¿QUÉ PODEMOS HACER LOS PADRES?



[Creando futuro]

 AYUNTAMIENTO DE
SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

 sstreyes.org

Elaborado por: Sección de Educación.
Tel. 91 658 89 93 / 99
educación@ssreyes.org
www.ssreyes.org

Diciembre de 2011

ÍNDICE:

➤ Presentación.....	4
➤ Primer objetivo: QUE SEA IMPORTANTE PARA NUESTRO HIJO	5
➤ Segundo objetivo: QUE APRENDA A SER PUNTUAL	8
➤ Tercer objetivo: QUE ESTÉ ACTIVO EN CLASE	10
➤ Cuarto objetivo: QUE SEPAMOS LO QUE NECESITA PARA SUS CLASES	12
➤ Quinto objetivo: QUE CONOZCAMOS CÓMO ESTÁ EN EL COLEGIO	15
➤ Sexto objetivo: QUE APRENDA A HACER SUS DEBERES	18
➤ Séptimo objetivo: QUE ADQUIERA UNA SANA AUTOESTIMA	23
➤ Por último	26

PARA QUE LE VAYA BIEN EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA: QUÉ PODEMOS HACER LOS PADRES

Que aprender sea importante para nuestros hijos, que tengan motivación para estudiar, que aprueben los exámenes, que sepan organizarse, que sepan estudiar,... son aspectos fundamentales a conseguir para poder iniciar y terminar la Educación Primaria con éxito, y afrontar la Educación Secundaria con las herramientas y las bases necesarias.

Con este material queremos colaborar para conseguirlo. Son orientaciones y estrategias dirigidas a padres y madres para facilitar la vida escolar de los niños, para que *les vaya bien y que se sientan bien* en su trayectoria como estudiantes.

Este material se organiza en dos partes. Por un lado **qué tenemos que conseguir**, cuáles son los objetivos básicos sobre los que se construye una buena escolaridad. Por otro lado, **qué tenemos que hacer** para conseguir esos objetivos.

¿QUÉ TENEMOS
QUE
CONSEGUIR?

¿QUÉ TENEMOS
QUE HACER?

PRIMER OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE SEA IMPORTANTE PARA NUESTRO HIJO.

Que todo lo que tenga que ver con el colegio, sea importante para el niño. Los materiales, tanto los suyos (fichas, libros, cuadernos, lápices) como los del colegio (mesas, sillas, aulas, gimnasio); los deberes, los profesores, los conserjes, los compañeros y aprender cosas. Todo esto, desde el principio, desde que empieza a ir al colegio.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

QUE SEA IMPORTANTE PARA NOSOTROS Y QUE ÉL LO NOTE.

Los padres sabemos que estudiar y aprobar es muy importante para la vida adulta. Tener una formación, un oficio o una profesión facilita el acceso al empleo, pero no sólo es eso. Que nuestros hijos tengan una formación básica adecuada les va a permitir poder elegir qué quieren hacer, a qué se quieren dedicar, sea lo que sea. Igualmente, les hará ser más capaces de entender y resolver cuestiones de la vida diaria (una factura, los papeles del banco, redactar una solicitud o una reclamación), tener más curiosidad e interés por las cosas, etc.

Todo esto, los niños lo irán experimentando, pero ahora, los padres tenemos que saber crear en ellos esa importancia, saber transmitirles que "todo lo del colegio" es importante. Y que **ellos lo vivan así**.

Podemos transmitir esa importancia de muchas formas, pero la más adecuada es la que no utiliza temores o amenazas. No se trata, expresándolo de un modo exagerado, de "*estudia porque si no, qué va a ser de ti*", "*te van a suspender y tendrás que repetir*", "*de mayor tendrás que trabajar en lo que nadie quiere*" o "*te vamos a castigar*". Se trata de que los niños lo vivan con motivación.

¿Cómo lo hacemos? En el día a día, con pequeñas conductas nuestras que mostrarán al niño nuestro interés:

- **PREGUNTAMOS POR LAS COSAS DEL COLEGIO: QUÉ HA HECHO HOY EN MATEMÁTICAS, QUÉ HAN VISTO EN CONO, CÓMO SE LLAMAN SUS COMPAÑEROS, CON QUIÉN SE SIENTA, A QUÉ HA JUGADO, SI TIENE MUCHOS DEBERES, ETC.**

Cada día, en algún momento (mientras caminamos para casa a la vuelta del cole o de alguna actividad, mientras ponemos la mesa, mientras compramos el pan) preguntamos un poco en este sentido. No se trata de hacer muchas preguntas, ni de tener un diálogo a diario. Es más, en muchas ocasiones los niños no nos contarán casi nada. Pero sí sabrán que nos interesa, que tenemos curiosidad por sus cosas del colegio, que queremos conocer cómo les va, que, si ha pasado algo nos lo pueden contar porque nos importa. De hecho, habrá veces que los niños nos cuenten cosas cuando menos lo esperamos, pero lo harán porque saben que nos importa.

- **MIRAMOS CON ÉL SUS CUADERNOS, SUS FICHAS Y SUS LIBROS.**

Los niños aprenden de lo que ven, imitan y repiten lo que hacemos. Pero no todo lo que nos ven hacer lo van a repetir. Por ejemplo, si nos ven quejarnos o protestar cuando hacemos algo, los niños entenderán que eso que hacemos es desagradable y no lo van a imitar.

Es importante que miremos sus libros, sus fichas, sus cuadernos, sus pinturas, su mochila, en definitiva, sus cosas del colegio, con interés, con curiosidad, con una sonrisa, enseñándole las cosas bonitas que vemos en ellos: los dibujos, las fotos, los colores. Y contándole la cantidad de cosas que va a aprender.

- **MIRAMOS SU AGENDA A DIARIO PARA VER SI HAY ALGUNA NOTA.**

Las agendas son herramientas que sirven para organizarse, para evitar olvidos, en definitiva, para poder desarrollar mejor el trabajo. Los niños no

tienen que memorizar qué tienen que hacer ni para cuándo. Tienen que acostumbrarse a anotarlos, y memorizar y aprender otras cosas. Para los padres, es una manera de conocer los deberes que tienen nuestros hijos y, a su vez, la vía de comunicación más inmediata con el tutor.

Desde el principio, tenemos que enseñarles y hacerles ver que utilizar la agenda es importante. Para conseguirlo, lo primero que haremos es mirarla todos los días. Así sabremos los deberes que tiene y si la tutora o el tutor ha puesto alguna nota para nosotros. Los niños nos tienen que ver que todos los días miramos su agenda con interés y curiosidad.

Que sea importante para nuestro hijo

**Que sea importante para nosotros...
y que él lo note:**

Interesarnos, todos los días un poco:

- Preguntamos por las cosas del colegio: qué ha hecho, cómo se llaman sus compañeros, con quién se sienta, a qué ha jugado,...
- Miramos con él sus cuadernos, sus fichas y sus libros.
- Miramos su agenda a diario para ver si hay alguna nota.

SEGUNDO OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE APRENDA A SER PUNTUAL.

Llegar puntual al colegio supone que nuestro hijo va a entrar con los demás, va a colgar su abrigo con los demás, va a sentarse en su sitio con los demás y va a empezar la clase con los demás. Cuando los niños llegan tarde, ya no van con los demás y eso les hace sentirse incómodos y perderse momentos importantes para su aprendizaje.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

- ACOSTARLE PRONTO.

Los niños son diferentes entre sí; hay niños que duermen muchas horas y necesitan dormir muchas horas y niños que durmiendo menos están igual de descansados. Conociendo las necesidades de sueño de nuestro hijo, tenemos que acostarle lo suficientemente pronto para que duerma las nueve, diez, once horas que pueda necesitar. Tendremos que notar que no le cuesta muchísimo despertarse, que no se queda dormido mientras desayuna, mientras le ayudamos a vestirse, mientras espera sentado a que salgamos de casa. Si le faltan horas de sueño, le va a ser prácticamente imposible mantenerse atento, comprender lo que le expliquen en clase, concentrarse en sus tareas, aguantar todas sus clases,... Y le va a suponer un gran esfuerzo extra. Exactamente igual que cuando los adultos dormimos poco.

- LE DESPERTAMOS CON TIEMPO SUFICIENTE, NI MUY TEMPRANO NI MUY JUSTO.

Tiene que darle tiempo a desayunar y arreglarse, con tranquilidad. No es necesario levantarse muy temprano pero tampoco tan justos que tengamos que ir corriendo y agobiados.

- NOSOTROS TAMBIÉN.

Nosotros también debemos levantarnos con tiempo suficiente. Si nosotros somos puntuales, los niños llegarán puntuales al colegio y aprenderán a serlo para el futuro. Si por alguna razón llegamos tarde, es importante que el niño vea que explicamos lo que ha pasado; que vea que llegamos al colegio, nos excusamos y explicamos lo que nos ha pasado, y que decimos la verdad, aunque lo que haya sucedido sea simplemente que no ha sonado nuestro despertador. Si los niños nos ven buscar otras razones, que no decimos la verdad, aprenderán que eso puede hacerse.

**Que aprenda
a ser puntual**

- Acostarle pronto
- Le despertamos con tiempo suficiente, ni muy temprano, ni muy justo.
- Nosotros también

TERCER OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE ESTÉ ACTIVO EN CLASE.

Esto no quiere decir que corra y salte, a no ser en el patio y a la hora del recreo. Queremos conseguir que esté atento a las explicaciones, que haga las tareas que le vayan diciendo, que pregunte si tiene alguna duda o algo que quiera decir,... y que juegue, corra, salte y se divierta en el recreo. Todas estas actividades requieren mucha energía. El sueño, haber dormido bien y las horas necesarias, es una pieza básica para conseguir este objetivo. Pero hay más cosas.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

- LO PRIMERO, EL DESAYUNO: CONSISTENTE Y NUTRITIVO.

Es muy importante porque supone el aporte de energía inicial para todas las actividades que va a ir teniendo que hacer durante el día. Si no desayuna, enseguida se le empezará a notar que está como adormilado, más lento al hacer las cosas, sin ganas,...

Hay niños a los que les cuesta desayunar, o que les cuesta tomar lo que suele ser habitual (leche, galletas, cereales). Podemos buscar alimentos que coma con más facilidad: pan con mermelada o quesitos, jamón york, yogures, frutos secos, frutas o zumos, y compensar la alimentación en el resto de las comidas.

En muchas ocasiones, los niños pueden necesitar que desayunemos con ellos para aprender a desayunar. Si es necesario, nos tendremos que poner a desayunar a la vez, para que nos vean hacerlo y para que podamos felicitarles y decirles "qué bien" según van desayunando. Y nosotros tenemos que recordar que sólo nos imitarán si nos ven desayunar con agrado y si conseguimos hacer del desayuno el primer momento del día en que estamos juntos y compartimos.

- LO SEGUNDO, ARREGLARSE: SOLO O CON AYUDA, SEGÚN LA EDAD.

Para aprender a ser autónomos, para ir asumiendo sus tareas y responsabilidades,... y para ayudarles a despertarse, a ponerse en movimiento, es importante que los niños se laven, se peinen y se vistan solos, o con la ayuda necesaria si son pequeños. No deben "dejarse hacer" sino pedir ayuda. Es decir, ellos se ponen los zapatos y papá o mamá ayudan a atar los cordones, ellos meten los brazos después de que papá o mamá sujetan la manga o han metido el jersey por la cabeza.

- LO ÚLTIMO, Y SÓLO SI HAY TIEMPO, VER LA TELE O JUGAR.

No es necesario por las mañanas, no hay que levantarse más temprano para poder ver los dibujos o jugar un rato. Es más, a veces a los niños les cuesta dejar de ver la tele o de jugar para finalmente salir hacia el cole con lo que se añade una dificultad para ser puntual. Si se hace, se hará siempre en último lugar y si queda tiempo, cuando ya ha desayunado, se ha arreglado, tiene su mochila preparada y, por ejemplo, su habitación recogida, si es que tiene que hacer esto antes de irse al colegio.

No es conveniente desayunar mientras se ve la tele, o que le vistamos mientras ve los dibujos. Los niños tienen que participar activamente en todo lo que tienen que hacer por la mañana para prepararse para ir al colegio. Recordad: no es necesario ver los dibujos por la mañana; si no se pone la televisión los días de colegio, puede ser mejor.

**Que esté activo en clase:
atender, hacer sus tareas,
preguntar, jugar,...**

- * Lo primero, el desayuno: consistente y nutritivo.**
- * Lo segundo, arreglarse: solo o con ayuda, según la edad.**
- * Lo último y sólo si hay tiempo: jugar, ver dibujos.**

CUARTO OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE SEPAMOS LO QUE NECESITA PARA SUS CLASES: MATERIALES.

Si uno va a su trabajo sin sus herramientas, sin las cosas que necesita, no va a poder hacer nada y dependerá de la buena voluntad de sus compañeros para poder avanzar en su trabajo. Exactamente igual, cuando los niños van a clase sin los materiales que necesitan, no van a poder hacer sus tareas ni aprender como los demás. Los libros, cuadernos, fichas, bolígrafos, lápiz, goma, flauta, chándal, agenda,... todo esto son sus herramientas. Si queremos que a nuestro hijo le vaya bien y se sienta bien en el aula, tenemos que conseguir que lleve cada día las cosas que va a necesitar.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

- CONOCEMOS SU HORARIO: QUÉ CLASES TIENE CADA DÍA.

Desde el inicio de curso, tenemos que tener puesto su horario en un lugar visible para saber qué clases tiene cada día. Nosotros y nuestro hijo debemos saber a diario qué necesita y qué tenemos que preparar para el día siguiente: libros, cuadernos, chándal, flauta,...

- CONSEGUIMOS LOS LIBROS, CUADERNOS, BOLÍGRAFOS, ETC.

Para el día en que se necesita. Normalmente, desde finales de curso conocemos los libros y materiales que nuestros hijos van a necesitar para el próximo curso. Tenemos por tanto tiempo suficiente para poder conseguirlos. Luego, a lo largo del curso los niños necesitarán otros materiales para actividades concretas. Es importante que los tengan para el

día que se pide porque si no, nuestro hijo no podrá realizar la actividad como sus compañeros.

Existen momentos en que las familias atraviesan por problemas económicos o circunstancias que impiden poder contar a tiempo con los materiales necesarios. En estos casos, es muy importante hacérselo saber al tutor, para que sepa que no es un olvido y nos ayude en lo que el colegio pueda.

También en las bibliotecas podemos encontrar los libros de texto o los de lectura que tengan que hacer durante el curso, u otros para hacer consultas. Más en concreto, desde finales de agosto y durante el mes de septiembre, todos los años se realiza un rastrillo con libros de texto donde podemos encontrar los que nuestros hijos puedan necesitar.

- MIRAMOS LA AGENDA A DIARIO PARA VER SI HAY ALGUNA NOTA.

Cuando nuestro hijo necesite algo fuera de lo cotidiano para su aprendizaje, normalmente tendremos una nota en la agenda que el tutor o nuestro hijo habrán escrito. Por ejemplo, castañas u hojas para la llegada del otoño, algún material para adornar por Navidad, etc. Por eso, entre otras cosas, tenemos que mirar la agenda a diario y que los niños nos vean hacerlo.

- LE AYUDAMOS A PREPARAR SU MOCHILA.

Por la tarde y después de hacer los deberes, es el momento de preparar la mochila para el día siguiente. Para saber qué tiene que llevar, tenemos que mirar su horario para ver las clases que va a tener y meter los libros, cuadernos y demás que le puedan hacer falta. También tenemos que haber mirado su agenda por si hay algo más que tenga que llevar. Los niños tienen que ver cómo lo hacemos y participar. Después de los deberes, nos oirán decir "*ahora vamos a prepara la mochila para mañana*". Nos verán mirar el horario o les pediremos que nos digan las clases del día siguiente y entre los dos cogeremos lo necesario. Nos verán leer en la agenda o les pediremos que nos lean a ver si tienen alguna cosa extra que llevar. Si es así, la guardaremos en la mochila. Dejaremos todo lo que tenga que llevarse en un lugar visible para no olvidar nada al día siguiente.

**Que sepamos
lo que necesita
para sus clases**

- Sabemos su horario: qué clases tiene cada día.
- Conseguimos los libros, fichas, cuadernos, bolis,...
- Miramos la agenda a diario para ver si hay alguna nota.
- Le ayudamos a preparar su mochila.

QUINTO OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE CONOZCAMOS CÓMO ESTÁ EN EL COLEGIO.

El tiempo que nuestro hijo pasa y va a pasar en el colegio, y después en el instituto, es mucho. Los padres no estaremos presentes pero podemos hacer muchas cosas para saber cómo está y para conseguir crear la confianza necesaria para que nos lo cuente. Sobre las asignaturas que se le dan mal y las que se le dan bien, sobre compañeros, profesores. Tenemos que intentar desde pequeños crear un clima de comunicación que permita hablar de estos y otros temas. Siempre entendiendo que no somos sus amigos, somos sus padres y las cosas que se hablan y se cuentan a los padres son diferentes a las que se hablan y se cuentan a los amigos. Y debe ser así.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

- **PREGUNTAMOS A DIARIO POR LAS COSAS DEL COLEGIO: QUÉ HA HECHO HOY, A QUÉ HA JUGADO EN EL RECREO, CON QUIÉN SE SIENTA EN CLASE O QUÉ TAL ESTABA LA COMIDA.**

Aprovechando momentos cotidianos, por ejemplo, cuando volvemos del colegio a casa, mientras ponemos la mesa o mientras vamos a comprar el pan, hacemos alguna pregunta sobre su día en clase, sobre cosas concretas ("*¿qué has hecho hoy en educación física?*", "*¿habéis pintado una ficha?*"). No tenemos que insistir mucho ni hacer demasiadas preguntas, no se trata de mantener una larga conversación; con dos o tres es suficiente, eso sí, tenemos que intentar que sea todos los días.

Muchas veces, los niños no nos van a contar grandes cosas o responderán con un *no sé*, *sí* o *no*. Esto es normal; todos los días no tienen algo que contar. Pero lo que queremos es que nuestros hijos vean que tenemos interés y que nos importa mucho cómo está en el colegio. Si los niños saben esto, cuando suceda algo importante, nos lo contará.

- ACUDIMOS A LAS CITAS Y REUNIONES CON SU TUTOR.

Mantenerse en contacto con el tutor de nuestro hijo es la mejor manera de conocer cómo está en el colegio. Aparte de la agenda donde nos apuntarán cualquier cosa que sea importante o llame la atención del profesor, tenemos otras formas de comunicación que debemos utilizar. Los tutores convocan reuniones para todos los padres de sus alumnos. En estas reuniones, comentan aspectos generales que los padres debemos conocer para apoyar y facilitar el aprendizaje de nuestros hijos. Además, también pueden citarnos de modo individual si algún comportamiento de nuestro hijo llama su atención.

- SI TENEMOS ALGUNA DUDA, PEDIMOS CITA CON SU TUTOR.

Los padres también podemos pedir al tutor una reunión individual y es importante hacerlo en alguna ocasión a lo largo del curso. No es necesario que detectemos problemas para decidirnos a hablar con él; está bien que lo hagamos en cada curso para conseguir nuestro objetivo de conocer cómo está nuestro hijo en el colegio.

Cualquier duda que tengamos, cualquier cosa que nos llame la atención, que no nos guste mucho o que no entendamos, la mejor opción es hablar con el tutor directamente, que nos va a escuchar y a explicar todo lo que sea necesario. No debemos quedarnos preocupados o acudir a terceros. Las personas nos entendemos hablando, y así evitamos malentendidos y malestares que pueden crearnos situaciones incómodas. El colegio y los padres debemos actuar como un equipo en la educación de nuestro hijo, cada uno con sus tareas y funciones, pero de acuerdo y de forma coordinada.

- MIRAMOS LA AGENDA A DIARIO PARA VER SI HAY ALGUNA NOTA.

Solo repetir que cada día debemos mirar su agenda. Si ha sucedido algo importante o que llame la atención del tutor, nos lo anotará para que lo sepamos. Por ejemplo, si nuestro hijo ha tenido un conflicto importante con un compañero, parece que está cansado, tiene alguna dificultad en alguna

asignatura, etc. el tutor nos lo hará saber a través de la agenda. También por esto es importante mirarla a diario.

**Que conozcamos
cómo está en el
colegio**

- Preguntamos por las cosas del colegio: qué ha hecho, con quién se sienta, a qué ha jugado,...
- Acudimos a las citas con su tutor y a las reuniones.
- Si tenemos alguna duda, pedimos cita con su tutor.
- Miramos la agenda a diario para ver si hay alguna nota.

SEXTO OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE APRENDA A HACER SUS DEBERES.

Queremos que le vaya bien en la Educación Primaria. Y también en la Educación Secundaria Obligatoria y en el resto de los estudios que quiera realizar. Para que sea así, es importante que sepa estudiar, hacer sus deberes y organizarse. Aprobar depende en gran medida de tener un buen hábito de estudio y de trabajo. Pero como casi todas las cosas, nuestro hijo tiene que adquirirlo desde el principio, desde que se inicia en el colegio. Mientras está en Educación Infantil, no va a llevar tareas para casa, pero a partir de primero de Educación Primaria puede empezar ya a tener que hacer algunas cosas. Es el momento para enseñarle y crear el hábito de trabajo en casa.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

ENSEÑARLE.

Tenemos que enseñarle a tener un hábito, una rutina, un buen método para hacer los deberes y estudiar. Que aprenda cómo se empieza, cómo organizarse, a utilizar bien el tiempo, a hacer las tareas de modo que le sirva para aprender y aprobar. Los pasos a seguir son:

- **NOS PONEMOS CON ÉL. TODOS LOS DÍAS, EMPEZAMOS Y TERMINAMOS A LAS MISMAS HORAS. Y PRONTO PORQUE TIENE QUE QUEDAR TIEMPO PARA JUGAR.**

Un ejemplo: llegamos a casa, dejamos el abrigo y la mochila, nos lavamos las manos y merendamos. Ese ratito sirve de descanso; inmediatamente después, empieza el tiempo para que hagáis las tareas.

Nos ponemos en una mesa despejada, sin juguetes ni cosas que puedan distraer, y en una habitación donde no haya ruido (tele, música, hermanos pequeños jugando). Si en la habitación de nuestro hijo no hay mesa, tiene muchos juguetes o el pequeño está jugando allí, podemos ponernos en cualquier otro lugar de la casa que reúna las condiciones que hemos dicho.

El horario tiene que ser también fijo, con una hora determinada para empezar y para terminar. Cuando llega el momento, avisamos de que es la hora de las tareas y nosotros somos los primeros en ponernos manos a la obra: despejamos la mesa, cogemos los materiales (horario de clases, libros, cuaderno, estuche, agenda) y nos sentamos.

- ¿QUÉ DEBERES TIENE? LO PRIMERO, JUNTOS MIRAMOS SU AGENDA PARA VER LAS TAREAS QUE HACER Y SI HAY ALGUNA NOTA DE SU TUTOR.

Lo primero que nosotros vamos a hacer al sentarnos a hacer las tareas es mirar con ellos su agenda.

Si no anota los deberes, es importante que insistamos para que adquiera ese hábito. En muchas ocasiones, los niños anotan los deberes en los libros o en los cuadernos. Esto no es un buen sistema porque implica pérdida de tiempo y, frecuentemente, también olvidos. Cuando son pequeños y tienen pocos deberes y pocos libros o cuadernos, esto no se nota tanto, pero según van avanzando en los cursos, no anotar las tareas en la agenda supone más tiempo y más fallos. Por eso, desde el inicio tenemos que motivar a los niños para que utilicen su agenda, que vean lo importante que es porque es lo primero que papá o mamá miran cuando nos ponemos con los deberes.

- ¿QUÉ DEBERES TIENE? PODEMOS REVISAR CON ÉL LAS CLASES DE HOY Y VER QUÉ TAREAS LE HAN IDO PONIENDO.

Si los niños no tienen agenda, todavía no anotan en ella o no tenemos la seguridad de que anote todo lo necesario, podemos empezar revisando con nuestro hijo las clases que ha tenido ese día. Para esto, tenemos que tener delante su horario e ir viendo las asignaturas. Vemos lo que ha tenido a primera hora, le preguntamos qué ha hecho, miramos con él el libro y cuaderno para ver si tiene alguna tarea que hacer. Si de esa asignatura

tiene deberes, los dejamos sobre la mesa; si no, los retiramos. Y pasamos a la siguiente clase y así hasta que terminemos el horario.

Tanto mediante la agenda como mediante el horario, ya sabemos y tenemos sobre la mesa los deberes a realizar.

- SE PONE A HACER LOS DEBERES. ¿POR DÓNDE EMPEZAMOS?

En general, los primeros deberes serán los más difíciles, las tareas que le cuesten más. Es el momento en que está más despejado y puede rendir mejor. Además, es importante para los niños ver que lo que va quedando, cada vez es más fácil. Si tiene muchos deberes difíciles para él, podemos ir alternando algunos ejercicios de los difíciles con alguno de los fáciles.

- SI LO NECESITA, LE AYUDAMOS.

Nuestro hijo debe conseguir hacer las tareas solo, pero tiene que aprender. Por eso, en los primeros cursos de Primaria, y sobre todo si le cuesta, si se distrae, si se levanta, tendremos que estar sentados a su lado todo el tiempo. Nunca le haremos los deberes pero le ayudamos a no distraerse, le explicamos alguna cosa que no entienda, le señalamos lo bien que lo va haciendo, la cantidad de cosas que está aprendiendo y le indicamos cuando se equivoca.

Según nuestro hijo va haciendo las tareas, le vamos dejando solo; por ejemplo, nos levantamos un momento a coger algo y volvemos, vamos a beber agua y volvemos, vamos a preparar la merienda del hermano mayor y volvemos, etc. No debemos pasar de estar con él todo el tiempo a dejarle solo si no estamos seguros de que sabe estar haciendo sus deberes. Es mejor volver para ver qué tal va, si necesita ayuda, felicitarle por lo que está haciendo o centrarle si se ha distraído un poco.

- TERMINADO EL TIEMPO Y LAS TAREAS, REVISAMOS, FELICITAMOS Y RECONOCEMOS SU TRABAJO.

Como hemos empezado con él mirando la agenda y el horario, sabemos qué deberes tenía para hoy. Cuando ha terminado o se ha terminado el tiempo de deberes, los revisamos. Tenemos que felicitarle, reconocer su

esfuerzo, señalarle las cosas que ha hecho bien y que le van saliendo mejor. Aunque haya protestado y se haya quejado, aunque nos haya exigido una paciencia enorme, si ha hecho sus deberes ha cumplido con sus tareas; por eso debemos felicitarle y felicitarnos a nosotros mismos por estar ayudándole a aprender a hacer sus deberes.

- JUNTOS MIRAMOS EL HORARIO PARA PREPARAR LA MOCHILA PARA MAÑANA.

Os remitimos a la página trece para que reviséis lo relacionado con este apartado

- DESPUÉS, A JUGAR.

Es importante que a diario nuestro hijo tenga tiempo de jugar, de distraerse, de descansar. No podemos alargar el tiempo de deberes ni dejarlo para lo último de la tarde. Va a estar cansado, le será difícil centrarse y hacer las tareas y también nosotros podemos empezar a agobiarnos porque se va haciendo tarde, falta el baño y la cena, etc.

No olvidemos que jugar, aparte de divertido, es una manera de aprender, de estimular y desarrollarse. Por eso también debe estar presente cada día.

MUY IMPORTANTE:

- HACED DE ESTE MOMENTO UN RATO PARA COMPARTIR, PARA HACER ALGO JUNTOS, PARA AYUDARSE.

Los padres debemos conseguir que el momento de hacer los deberes no se convierta en algo desagradable, una discusión o una "pelea". Es un momento para hacer algo juntos, de aprender y mostrar lo que se aprende, de ayudar, de equivocarnos, de tolerar y reírnos un poco de los errores y corregirlos, de felicitar por los esfuerzos.

Hay niños a los que no les cuesta hacer los deberes. Hay niños a los que sí, por distintas razones. Cuanto más les cuesta, más paciencia nos va a exigir y más debemos reconocer sus esfuerzos. Si a mi hijo le cuesta estar sentado y quieto, le cuesta escribir, o leer o las matemáticas, hacer los

deberes le va a suponer un esfuerzo, a veces grande. Nosotros tenemos que ayudarle, apoyarle y reconocer el esfuerzo que tiene que hacer. No podemos dejarle "a su aire"; seguiremos las pautas que hemos indicado pero reconociendo lo que le cuesta.

Debemos mantenernos lo más tranquilos posible, pero firmes. No riño, no regaño, no amenazo con castigos, pero no cambio. Si es el momento de empezar a hacer los deberes, nosotros somos los primeros en respetar el horario y sentarnos en la mesa con los materiales necesarios. Cuando nuestro hijo ve que no cambiamos de actitud, termina viniendo donde estamos y haciendo lo que le pedimos. Aunque proteste y tenga cara de enfado, viene a la mesa. Ya lo estamos consiguiendo, ya está empezando a hacer lo que le pedimos, el primer paso para hacer los deberes. Debemos recibirle con una sonrisa y con tranquilidad. Y así sucesivamente.

Que aprenda a hacer sus deberes

Enseñarle

- Nos ponemos con él. Todos los días, empezamos y terminamos a las mismas horas. Y pronto porque tiene que quedar tiempo para jugar.
- ¿Qué deberes tiene? Lo primero, juntos miramos su agenda para ver las tareas que hacer y si hay alguna nota de su tutor.
- ¿Qué deberes tiene? Podemos revisar con él las clases de hoy y ver qué tareas le han ido poniendo.
- Se pone a hacer los deberes. ¿Por dónde empezamos?
- Si lo necesita, le ayudamos.
- Terminado el tiempo y las tareas, revisamos, felicitamos y reconocemos su trabajo.
- Juntos miramos el horario para preparar la mochila para mañana.
- Después, a jugar.

MUY IMPORTANTE: HACED DE ESTE MOMENTO UN RATO PARA COMPARTIR, PARA HACER ALGO JUNTOS, PARA AYUDARSE.

SÉPTIMO OBJETIVO:

➤ QUÉ TENEMOS QUE CONSEGUIR:

QUE ADQUIERA UNA SANA AUTOESTIMA

Cuando las personas, niños y adultos, pensamos que somos capaces de hacer las cosas, inteligentes como los demás, hábiles para algunas cosas,... o sea, cuando pensamos bien de nosotros mismos, nos sentimos bien. Si pensamos que somos capaces, probamos a hacer las cosas. Si pensamos que no nos va a salir o que lo vamos a hacer mal o que no valemos, no intentamos hacerlo. Si nuestro hijo piensa que no va a saber hacer los ejercicios, que no va a aprobar, que es más torpe que los otros, que no vale para los estudios, no va a intentar hacer los ejercicios, ni estudiar el examen, ni pensará qué le gustaría estudiar en el futuro. Por eso es importante que se sienta capaz de aprender las cosas, de hacer las tareas, y contento y orgulloso de lo que va aprendiendo.

➤ QUÉ TENEMOS QUE HACER:

- **ESTAD ATENTOS Y FELICITABLE POR LO QUE INTENTA HACER Y POR LO QUE CONSIGUE.**

Cuantas más dificultades tenga un niño, más hay que apoyarle y felicitarle. Si nuestro hijo es inquieto o nervioso, estarse quieto y sentado le puede suponer un gran esfuerzo. Por eso, cuando lo intenta aunque sea muy poquito rato, tenemos que reconocer el esfuerzo que le supone y elogiarle por ello. De la misma forma, si a nuestro hijo le cuesta escribir, o aprender a leer, o pintar sin salirse, debemos darnos cuenta de que todas estas tareas para él suponen un esfuerzo extra, y tenemos que felicitarle por intentarlo aunque no le salga del todo bien. Según vaya mejorando, le podemos hacer ver lo que ha avanzado, que antes le salía peor (la letra, los dibujos,...) y cómo ahora lo sabe hacer mucho mejor.

- MOSTRAOS ORGULLOSOS Y CONTENTOS POR LO QUE VA APRENDIENDO Y POR SUS ESFUERZOS.

Además de reconocer sus esfuerzos y lo que va aprendiendo, es importante que nuestro hijo note que esto es importante para papá y mamá, que están orgullosos de cómo va avanzando. Para ello, los padres no podemos ser fríos o distantes en mostrar nuestra satisfacción. Hay que sonreír, felicitar con muestras de cariño, con una voz que muestre nuestro asombro y nuestra satisfacción.

Los elogios, cuando los expresamos de un modo frío, no se reciben como tales. Si nos ponemos en su lugar, si alguien nos dice "*qué bien has hecho esto*" con una cara seria, sin sonreír y con voz neutra, a nosotros no nos parece que sea verdad, no nos creemos que realmente le parezca que lo hemos hecho bien. A los niños les pasa lo mismo. Por eso tenemos que ser *expresivos* cuando les felicitamos y reconocemos sus esfuerzos y sus logros.

- CONTÁDSELO A OTRAS PERSONAS: "SABE ESCRIBIR SU NOMBRE", "YA HACE SUMAS", "SE SABE EL CUERPO HUMANO",...

Comentábamos un poco antes que cuantas más dificultades tiene un niño, más hay que reconocer sus esfuerzos y felicitarle por lo que va haciendo. Tenemos que hacer todo lo posible para que confíe en sí mismo y en sus posibilidades, pero a veces los adultos hablamos más de los problemas que de las otras cosas. Hablamos con los abuelos, tíos, amigos y a veces nos centramos demasiado en las dificultades de los niños (si come mal, si le cuestan los deberes,...) y menos en las cosas positivas que va haciendo.

Para aumentar la confianza en sí mismos y su autoestima, nos tienen que oír hablar de lo que hacen bien. Tienen que oírnos hablar con los otros adultos de lo contentos que estamos con sus esfuerzos, porque intenta hacer las cosas aunque le cuesta y se enfada un poco, porque ya lee los letreros por la calle, porque está aprendiendo a restar con llevadas o porque me escribe la lista de la compra.

Que adquiriera una sana autoestima

- **Estad atentos y felicitadle, por lo que intenta y por lo que consigue.**
- **Mostraros orgullosos y contentos por lo que va aprendiendo y por sus esfuerzos.**
 - **Contádselo a otras personas: *sabe escribir su nombre, ya hace sumas,...***

POR ÚLTIMO:

Si habéis llegado hasta aquí, habréis podido comprobar que el esfuerzo es nuestro, de los padres y adultos que rodeamos a los niños, les cuidamos, educamos y protegemos. Es una labor cotidiana, de día a día, enormemente placentera por todo lo que vamos observando en nuestros hijos, pero también, en ocasiones, cansada. A veces casi llegamos a desesperarnos cuando vemos que no conseguimos lo que queremos o que nuestro hijo nos lo pone un poco difícil. No pasa nada por sentirse así en un momento determinada.

Si estamos intentando que nuestro hijo aprenda a hacer algo o que no haga alguna cosa y no lo conseguimos, vamos a pararnos un momento a pensar qué otra cosa podemos hacer. Si lo que hacemos no funciona, pensemos en otra forma para intentar conseguir el cambio en nuestro hijo. Si no se nos ocurre nada, podemos preguntar en el propio colegio de nuestro hijo o en los distintos servicios del Ayuntamiento sobre quién puede asesorarnos. Nosotros también podemos aprender cosas nuevas que nos ayuden a mejorar.