

# implica2

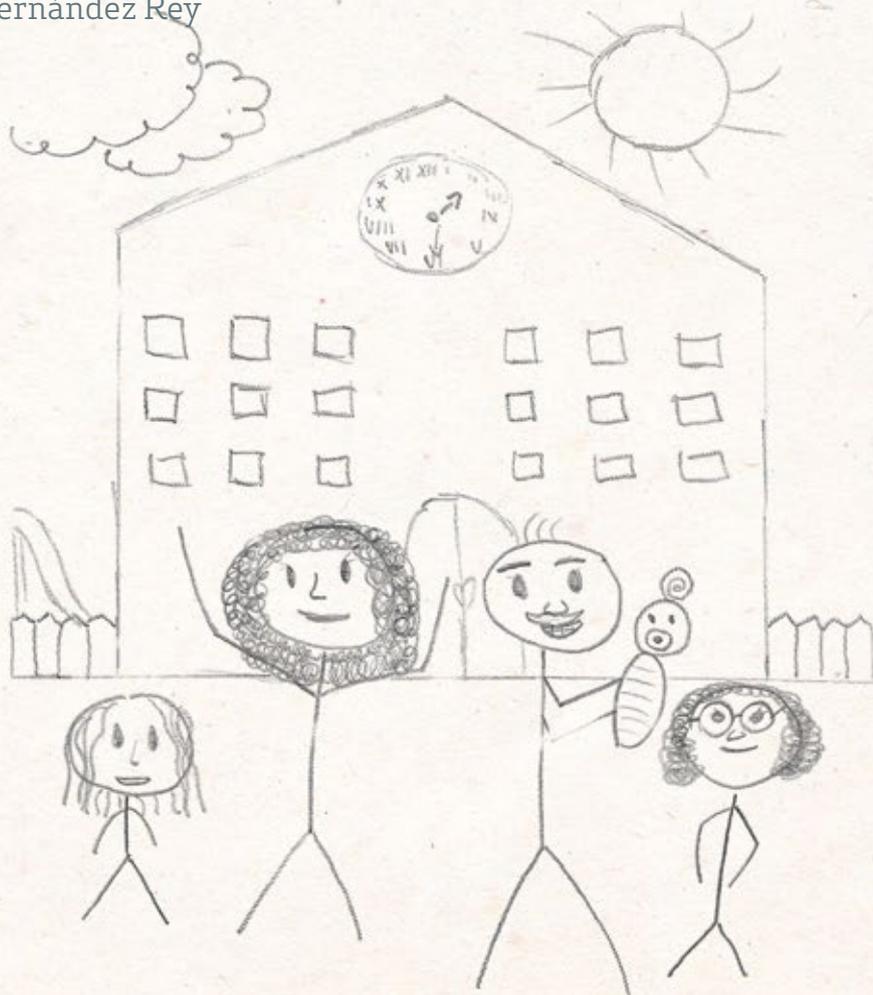
## IMPLICACIÓN FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

LA EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA PARA PADRES Y MADRES

Edición a cargo de

Agustín Godás Otero

Elena Fernández Rey



Implicación familiar  
y rendimiento académico  
en educación primaria

# Implicación familiar y rendimiento académico en educación primaria

La efectividad de un programa para padres y madres

Guía de implementación

Edición a cargo de

Agustín Godás Otero  
Elena Fernández Rey

2020

UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA



Esta obra atópase baixo unha licenza internacional Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Calquera forma de reprodución, distribución, comunicación pública ou transformación desta obra non incluída na licenza Creative Commons BY-NC-ND 4.0 só pode ser realizada coa autorización expresa dos titulares, salvo excepción prevista pola lei. Pode acceder Vde. ao texto completo da licenza nesta ligazón:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.gl>



Esta obra se encuentra bajo una licencia internacional Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra no incluida en la licencia Creative Commons BY-NC-ND 4.0 solo puede ser realizada con la autorización expresa de los titulares, salvo excepción prevista por la ley. Puede Vd. acceder al texto completo de la licencia en este enlace:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>



This work is licensed under a Creative Commons BY NC ND 4.0 international license. Any form of reproduction, distribution, public communication or transformation of this work not included under the Creative Commons BY-NC-ND 4.0 license can only be carried out with the express authorization of the proprietors, save where otherwise provided by the law. You can access the full text of the license at

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>

© **Universidade de Santiago de Compostela, 2020**

**Ilustración de cuberta**

Adela e Olga Godás Sabio

**Edita**

Servizo de Publicacións e Intercambio Científico  
Campus Vida  
15782 Santiago de Compostela  
[usc.gal/publicacions](http://usc.gal/publicacions)

**Deseño e maquetación**

Paula Cantero, [origamiestudio.com](http://origamiestudio.com)

<https://dx.doi.org/10.15304/im.2021.1366>

# Autores/as

Godás Otero, Agustín (ed.)

Fernández Rey, Elena (ed.)

Cambeiro Lourido, María do Carmen

Ceinos Sanz, Cristina

García Álvarez, Jesús

López Castro, Leticia

Malheiro Gutiérrez, Xosé Manuel

Míguez Salina, Gabriela

Núñez García, Jérica

Nogueira Pérez, Miguel Ángel

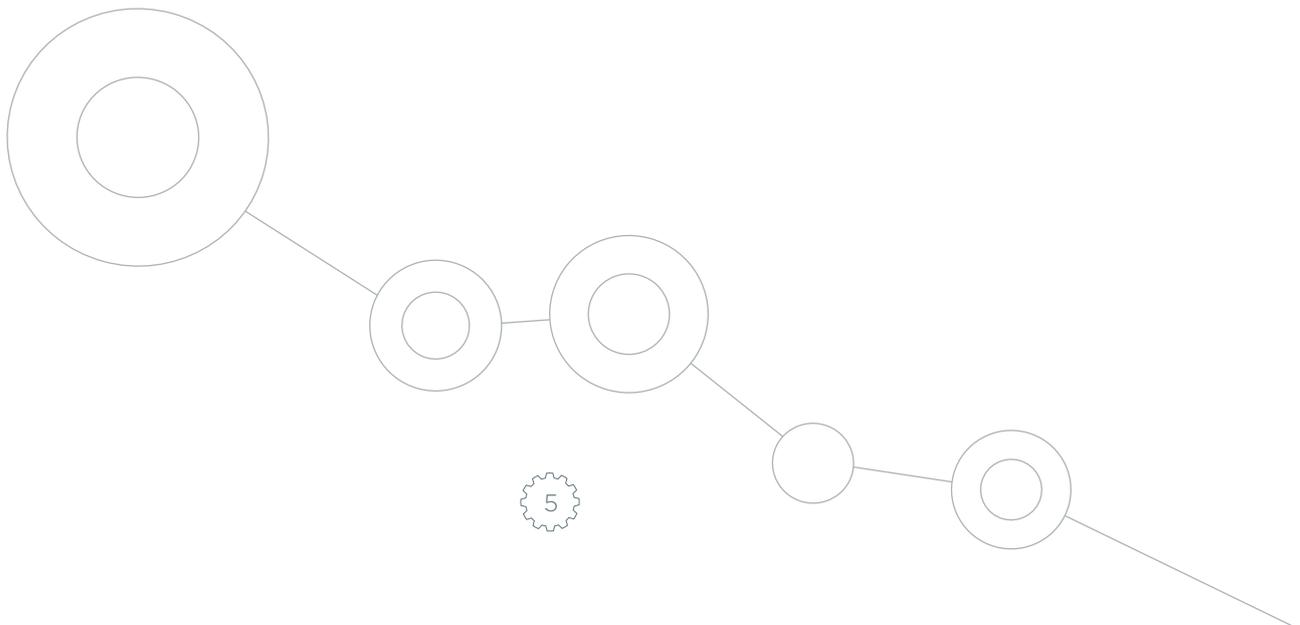
Sotelino Losada, Alexandre

Varela Portela, Cristina

Vázquez Rodríguez, Ana

# Índice

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	6
<b>FAMILIAS</b> .....	7
PRIMERA PARTE: COMUNICACIÓN Y FAMILIA	
Sesión 1: Los inicios de la adolescencia .....	8
Sesión 2: ¿De qué hablamos? .....	13
SEGUNDA PARTE: IMPLICACIÓN FAMILIAR	
Sesión 3: La responsabilidad de las familias ante el estudio de sus hijos/as .....	22
Sesión 4: El trabajo escolar en casa .....	30
<b>ALUMNADO</b> .....	45
PRIMERA PARTE: COMUNICACIÓN Y FAMILIA	
Sesión 1: Los inicios de la adolescencia .....	46
Sesión 2: ¿De qué hablamos? .....	51
SEGUNDA PARTE: IMPLICACIÓN FAMILIAR	
Sesión 3: La relación con la escuela .....	58
Sesión 4: El trabajo escolar en casa .....	61





# Introducción

Lo que vamos a desarrollar durante las cuatro sesiones de este programa quiere ser un apoyo para los/as padres/madres y una ayuda para los/as hijos/as en una serie de cuestiones que inciden en la vida escolar y en su educación en general.

Hoy en día podemos asegurar, de manera científica y objetiva, que cuando los/as padres/madres se implican en la educación de sus hijos/as y cuando saben por lo que están pasando como personas, les están fortaleciendo en su desarrollo y apoyando en la base para alcanzar cualquier meta: su motivación.

Esto es lo que queremos trabajar en estas sesiones, dialogando e intercambiando ideas y adaptándolas a las necesidades del grupo.

Para conseguirlo, elaboramos un programa dividido en cuatro sesiones en las que hablaremos del inicio de la adolescencia, de la comunicación entre padres/madres e hijo/as, de las relaciones entre la familia y la escuela y del trabajo escolar en casa. La guía se divide en dos secciones, una orientada a las familias y otra para el alumnado.

# IMPLICACIÓN FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

LA EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA PARA PADRES Y MADRES

FAMILIAS

# PRIMERA PARTE COMUNICACIÓN Y FAMILIA

## SESIÓN 1 Los inicios de la adolescencia

### 1.1. Los cambios de nuestros hijos/as

1.1.1. El físico

1.1.2. El pensamiento

1.1.3. La imagen de sí mismo/a

### 1.2 ¿Qué significa todo esto?

# 1.1. Los cambios de nuestros hijos/as

En esta sesión<sup>1</sup> hablaremos sobre las características más importantes de la etapa vital en la que están nuestros/as hijos/as. Lo que pretendemos es que tengan la información necesaria para poder distinguir el:

«NO SÉ o NO PUEDO» de «NO QUIERO, NO TENGO GANAS».

→ **Vamos a realizar una actividad muy sencilla.**

¿Cuáles son los principales temas de conflicto que tenéis con vuestros/as hijos/as?

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....



### Nota para educador/a

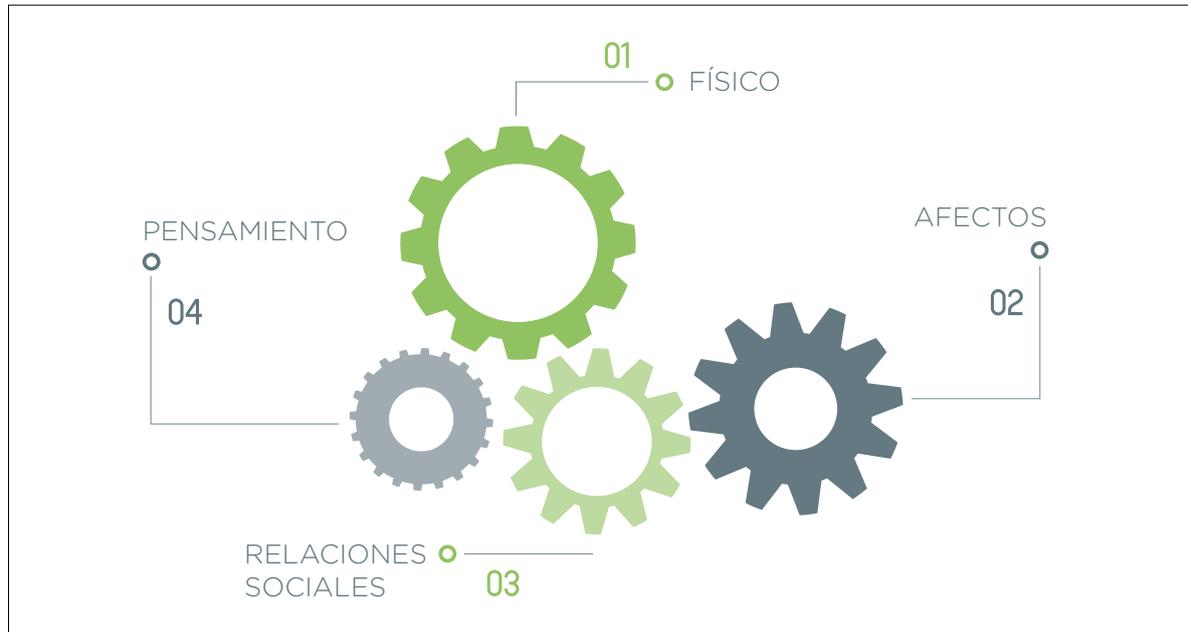
Después de que las familias identifiquen los temas conflictivos, el/la educador/a explicará que, según distintas investigaciones, las situaciones que suelen generar estos conflictos se pueden concretar en las siguientes: tareas domésticas, tareas escolares, relaciones entre hermanos/as, horarios (trabajo, lectura, fuera de casa), relaciones entre padres/madres e hijos/as y relaciones con amistades.

¿En qué coinciden con las que señalaron los/as hijos/as?

<sup>1</sup> Esta sesión del programa se diseñó con el apoyo de Palacios, J. et al. (2002). *Desarrollo psicológico y educación I. Psicología evolutiva*. Madrid: Alianza Psicología.

### ¿Qué está cambiando en nuestros/as hijos/as en los últimos años de primaria?

Pensemos en una rueda en la que están escritas una serie de palabras que representan los hechos que repercuten directamente sobre su trabajo en la escuela...



Esta rueda puede ir hacia delante, hacia atrás, frenar o acelerar. Todo esto sucede de una forma tan rápida que no somos capaces de ver la rueda, por eso nosotros la vamos a analizar en cámara lenta.

#### 1.1.1. El físico

1. Dominan las posturas de su cuerpo.
2. Tiene más fuerza muscular.

PUEDEN ESFORZARSE, UN PASO MUY IMPORTANTE PARA SER AUTÓNOMOS/AS.



#### Nota para educador/a

Esforzarse significa que podemos pedirles que hagan cosas que, en un primer momento, pueden parecerles difíciles o incómodas, pero que los/as adultos/as sabemos que son capaces de hacer: **participar ayudando o realizar tareas en solitario.**

3. Les gusta competir y las lecciones que debemos enseñarles son:

**Primera:** Ganar o perder, es decir, los RESULTADOS, no es tan importante como hacer todo el ESFUERZO posible para ponérselo difícil al contrario.

**Segunda:** Cuando se obtienen malos resultados no todos son errores, también hay cosas que se hicieron bien.



**Nota para educador/a**

Se debe resaltar lo que se hace bien o lo que se hace mal, analizarlo y recordarlo para repetirlo o mejorarlo.

**→ Actividades sugeridas:**

- Relacionadas con el trabajo de la madre y/o del padre.
- Relacionadas con el trabajo de adultos/as significativos/as.
- Preparar una comida o un dulce (padres/madres e hijos/as).
- Fijarse en un/a deportista, si les gusta un determinado deporte.

4. Es capaz de tomar conciencia de sus capacidades y limitaciones. Nosotros y nuestros/as hijos/as debemos saber, y tenemos que expresarlo en familia, **LO QUE SE NOS DA BIEN Y LO QUE SE NOS DA MAL.**



**Nota para educador/a**

Sugerir a las familias como tarea para la próxima sesión, o como inicio de la misma, que escriban cosas que se les dan bien y cosas que se les dan mal, tanto sobre ellos/as mismos/as, como de sus hijos/as.

## 1. 1.2. El pensamiento

1. Son capaces de pensar antes de actuar.
2. Escuchan, pueden ir más allá... pueden IMAGINAR.
3. Pueden concentrarse en una tarea durante 40 minutos aproximadamente.
4. Pueden controlarse a sí mismos:
  - Ya conocen las normas, aunque haya que repetírselas para que las recuerden (funciona el «**si cuele...**» pensamiento complejo).
  - Son capaces de conciliar deseos con exigencias «**lo que me apetece con lo que no puede ser**».

**→ Actividad**

ESTAS SON LAS BASES PARA SER Y SENTIRSE AUTÓNOMO:

- En la higiene, en el comer y en el vestir.
- Para poner la mesa, recoger su ropa, hacer compras pequeñas, ordenar su habitación, preparar el material escolar.
- Realizar recados, preparar una comida sencilla, planificar gastos y ahorrar, elegir actividades de ocio.

¿Cuántas de estas cosas hace tu hijo/a sin tu ayuda?



**Nota para educador/a**

Es posible hacerlo de forma oral, en forma de coloquio, o bien registrar sus respuestas en el *Cuaderno para Familias* para su posterior evaluación.

### 1.1.3. La imagen de sí mismo/a

Los padres y madres no son los únicos que tienen influencia sobre los/as chicos/as, pero son la principal fuente de APOYO Y CONTROL.

Estamos hablando de profesores/as, compañeros/as de clase, amistades, otros familiares, vecinos/as y aquellas personas que les sirven de referencia o modelo (sus ídolos).

Todos/as ellos/as hablan con el/la chico/a para decirle:

- «Eres un/a buen/a estudiante».
- «Eres una buena persona».
- «Queremos ser tus amigos/as».
- «Nos gusta como eres».

Por supuesto que también pueden decirle lo contrario, lo negativo. Está aprendiendo a saber quién es, a imaginar lo que piensan de él o ella y a elegir con quién quiere estar.

#### → Actividad

¿Cuáles son los cambios que más llaman la atención en vuestros/as hijos/as?



#### Nota para educador/a

Es posible hacerlo de forma oral, en forma de coloquio, o bien registrar sus respuestas en el *Cuaderno para Familias* para su posterior evaluación.

## 1.2 ¿Qué significa todo esto?

- Dominan su cuerpo.
- Pueden pensar más allá de lo que tienen delante.
- Buscan una justificación a las normas que les exigimos.
- Concilian deseos y exigencias.
- Son conscientes de sus capacidades y limitaciones.
- Se apoyan cada vez más en las amistades.
- Son conscientes de que ocupan un lugar en el mundo, están aquí por y para algo.

# PRIMERA PARTE COMUNICACIÓN Y FAMILIA

## SESIÓN 2 ¿De qué hablamos?

- 2.1. La comunicación en familia
- 2.2. ¿Cómo comunicamos a nuestros/as hijos/as que valoramos sus cualidades?
- 2.3. ¿Cómo podemos trabajar este tema?

## 2.1. La comunicación en familia



### Nota para educador/a

Pregunta a los/as padres/madres: ¿Recordáis lo que hemos trabajado en la sesión anterior?...  
¿Qué cambios se producen en la adolescencia?...  
Vamos a hacer un pequeño repaso.

### En esta sesión pretendemos:

- Mejorar la cantidad y la calidad de la comunicación familiar.
- Comprender mejor los mensajes de los/as hijos/as.
- Solucionar las necesidades de los/as hijos/as.
- Aumentar y utilizar los hábitos comunicativos positivos.
- Reducir y evitar los hábitos comunicativos negativos.

### La importancia de la comunicación

La comunicación favorece la cohesión familiar y permite asentar las bases de una relación de ayuda y/o acompañamiento. Dedicar un tiempo cada día a intercambiar vivencias, sentimientos, pensamientos, de forma sana y fluida, estrecha las relaciones familiares, ayuda a solucionar las dificultades relacionales que se presenten y aumenta las posibilidades de que nuestros/as hijos/as acudan a nosotros/as cuando necesiten ayuda y consejo.

A través del diálogo los/as padres/madres podemos conocer mejor a nuestros/as hijos/as: cuáles son sus sentimientos, las situaciones que están viviendo, los temas que les preocupan, los cambios repentinos de actitud que presentan en un momento determinado o los mensajes implícitos de sus conductas.

### Veamos algunos ejemplos ilustrativos:

- Mi hijo/a es un/a adolescente de 14 años que me desconcierta con sus cambios repentinos de actitud. Puede ignorarme al pasar a su lado o, al contrario, darme un achuchón y besarme sin parar. A veces me responde de forma agresiva a las preguntas que le hago, contestándome «¡A ti no te importa!», y otras me comenta cosas personales sin que le haya preguntado nada. Y aunque sé que son cambios de la adolescencia, cuesta entenderlo y muchas veces me pregunto qué he hecho mal.
- Silvia tiene 13 años y desde hace dos meses que discutió con su padre no le saluda. Para sorpresa del padre, un sábado por la mañana Silvia le dio los buenos días y lo besó en la frente, tal y como hacía antes. El padre se puso contento y pensó que ya se le había pasado el enfado. Después de comer, Silvia le pidió que la llevara a ella y a una amiga a la piscina municipal. El padre las llevó y fue a buscarlas a última hora de la tarde. De vuelta a casa, Silvia ignoraba de nuevo a su padre.

La comunicación también nos permite aclarar y explicar sus dudas y canalizar toda la información que reciben por diferentes medios (amigos/as, colegio, internet...). Por otra parte, el lenguaje nos permite expresar nuestras ideas y exponer los motivos de nuestras conductas y decisiones.

Con respecto a nuestros/as hijos/as, la comunicación les ayudará a asumir los cambios físicos, afectivos y relacionales que están experimentando. Les facilitará conocer y contrastar las normas y los principios de la familia, como el concepto de justicia, de respeto, de tolerancia, etc. Además, podrán expresar sus opiniones acerca de cada uno de los miembros de la familia, lo que piensan de nuestras acciones o lo que creen que se debe cambiar.



#### **Nota para educador/a**

Señalará a continuación el inicio de una serie de actividades centradas en la eficacia de la comunicación, la comunicación de expectativas y la negociación de compromisos. Les aclarará a los/as padres/madres que utilizamos el símil de las bombas para hacerlo igual a la de los chicos/as y facilitar así el intercambio de ideas.

### **→ Actividad 1. LAS BOMBAS DE RELOJERÍA<sup>1</sup>**

Objetivos:

- Responder de forma adecuada en distintas situaciones.
- Comprender que dialogar lleva tiempo (qué se dice, cómo se dice y cuándo se dice).
- Saber lo que estamos haciendo mal es un logro tan importante como hacerlo bien.
- Analizar las quejas: exponerlas, escucharlas y responder.



#### **Nota para educador/a**

Tiene dos posibilidades:

1. Una vez entregadas a los/as asistentes «las bombas de relojería de la comunicación», estos/as deben elegir las tres «bombas» que más se parezcan a su manera habitual de actuar.
2. Una vez entregadas a los/as asistentes «las bombas de relojería de la comunicación», el/la educador/a selecciona tres o cuatro y explica con ejemplos sus consecuencias. Por ejemplo: AMENAZAR-RIDICULIZAR-CULPAR-SERMONEAR.

---

<sup>1</sup> Actividad adaptada del trabajo de Cava, M. J., y Musitu, G. (2002). *La convivencia en la escuela. El Programa Convivir*. Barcelona: Paidós.



**AMENAZAR**

«Como no lo  
hagas...»  
ADVERTIR  
AVISAR  
PREVENIR

**JUZGAR**

«Es intolerable...»  
EVALUAR

**INTERROGAR**

«¿Por qué?,  
¿Cómo?»  
EXAMINAR  
INVESTIGAR

**CULPAR**

«Como no me  
haces caso...»  
ACUSAR  
CONDENAR

**INSULTAR**

«Es estúpido/a y  
egoísta...»  
MENOSPRECIAR

**DIRIGIR**

«Lo que tienes  
que hacer es...»  
MANDAR  
ORDENAR  
CONTROLAR

**RIDICULIZAR**

«Menuda  
estupidez...»  
BURLARSE  
SIN SENTIDO

**IRONIZAR**

«Tú no das para  
más...»  
BURLA

**SERMONEAR**

«Yo, en tu lugar...»  
REÑIR

**CONSOLAR**

«Ya se te pasará...»  
NEGAR EL  
PROBLEMA  
TRANQUILIZAR

→ **Actividad 2. LO QUE ESPERAMOS DE TI**

Objetivo:

— Comunicar a nuestros/as hijos/as la importancia que tiene estudiar.

**Advertencia:** No se trata de recetas. Son orientaciones sobre cómo hablar de los estudios a nuestros/as hijos/as. Cada familia lo hará según sus necesidades y habilidades.

**Muy importante: 1.** Saber lo que no estamos haciendo bien es tan importante como hacer bien las cosas. **2.** ¿Les vamos a dar una guía a nuestros/as hijos/as para que nunca tengan problemas?



## Primer mensaje: EL PROPIO EJEMPLO, REALISMO ANTE TODO.



### Nota para educador/a

En primer lugar, comenta una serie de enunciados en torno al mensaje principal. A continuación, desarrolla una dinámica en los siguientes términos:

- Se abre un debate con todo el grupo sobre las bombas que pueden hacer explotar estos enunciados (con el mismo material que hemos entregado para la **Actividad 1**).  
¿Qué bombas pueden hacer explotar el mensaje?
- Se puede utilizar el encerado para comentar y explicar las razones.

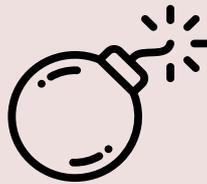
Los enunciados son temas de conversación que deben salir en algún momento, aunque haya que forzarlos.

**Enunciado 1:** Trabajando duro, como lo hacemos en esta familia, se obtienen muchos beneficios (como todo lo que tenemos en casa y lo que podemos hacer).

**Enunciado 2:** Tu trabajo (o vuestro trabajo) de momento es estudiar. Esto es lo primero, lo demás siempre se hace después. ¿Por qué?

- Todo el mundo tiene que trabajar.
- La ley obliga a los/as padres/madres a que sus hijos/as reciban educación (no hace mucho tiempo que esto no era así).
- Los mejores trabajos son para los/as que tienen más y mejores estudios (comodidad, tranquilidad, satisfacción).
- Pero también es importante estudiar o trabajar en aquello que os gusta y esta elección la podréis hacer si estáis preparados/as. También aquí se pueden conseguir beneficios importantes.

### ¿Cuáles son las más peligrosas?



- «Tus padres/madres trabajan en algo que no les gusta y les va bien». (Siempre hay cosas del trabajo que nos gustan).
- «Hay personas que no trabajan y viven muy bien». (Seguro que no trabajan o es que tienen trabajos cómodos?).
- «Para conseguir una buena vida no hace falta trabajar ni estudiar». (Ponme un ejemplo).



### Segundo mensaje: LO QUE ESPERAMOS DE TI.



#### Nota para educador/a

Resalta la importancia que tiene que los/as chicos/as sepan que aquellas personas que influyen sobre ellos/as (padres/madres, abuelos/as, tíos/as, hermanos/as, primos/as, adultos significativos, etc.) los valoran positivamente y resaltan sus cualidades en público, en privado y con ellos/as presentes.



#### Nota para educador/a

El material que aparece a continuación está recogido en la Guía para familias. El/la educador/a debe actuar y hacer que los/as padres/madres visualicen las distintas recomendaciones.

## 2.2. ¿Cómo comunicamos a nuestros/as hijos/as que valoramos sus cualidades?

- Debemos ser cuidadosos cuando comparemos a nuestros/as hijos/as con otros chicos/as (amistades, hermanos/as, etc.).
- Los tropiezos o fracasos se comentan en la privacidad de la familia.
- Lo anterior viene dado por la importancia que tiene aprender de los errores (corregirlos sin prisas).
- Los hábitos de trabajo y estudio, así como las creencias positivas hacia la escuela, son tan importantes como las calificaciones (a veces, éstas suelen ser engañosas).
- No hay que bajar el listón: exigir menos porque consideramos que «no da para más» solo tiene sentido cuando el cansancio o una enfermedad están presentes.
- Si no lo solicitan o dicen que no lo necesitan, no es necesario ayudarles. Ahora bien, cuando lo demandan hay que ser receptivos (mirarles, atenderles, dejar de hacer lo que se está haciendo, si es posible, no criticar sus ocurrencias, aunque se les diga que no se comparten, etc.).
- Debemos exigirles tareas que sean posibles de realizar, no fáciles, sino posibles, evitando el fracaso seguro de antemano.
- El trato debe ser comprensivo y no compasivo.
- Los éxitos hay que celebrarlos siempre, en público y en privado.
- Cuando nos preguntan, hacer pausas antes de responder, para que no se interprete que no nos importan sus inquietudes. Demostrar interés.



#### Nota para educador/a

Selecciona varias de estas recomendaciones, y las escenifica pidiéndoles a los/as asistentes que ratifiquen o muestren su desacuerdo con las actuaciones propuestas.



### **Tercer mensaje: TENGO QUE HACER ALGO QUE NO ME APETECE.**

**Objetivo:** Dada la importancia que tiene estudiar (deberes y preparar exámenes) y ayudar en casa a los/as demás (habitación, cocina, etc.), se trata de analizar cómo tenemos que actuar para ayudarles a hacer tareas poco apetecibles.

**Ideas básicas:** No es raro, ni malo, ni negativo, que no nos apetezca hacer algunas cosas. Los/as adultos/as estamos acostumbrados a fantasear con premios imaginarios para hacerlas, pero ¿saben hacerlo los chicos/as?

**Sugerencias de interés:**

1. Podemos pensar en situaciones en las que no me apetece estudiar, hacer los deberes, ordenar la habitación, etc.
2. Es de suponer, o debería serlo, que hay un compromiso previo para hacerlo.
3. Los/as adultos/as nos ponemos de ejemplo con tareas que no nos apetezcan: también somos humanos/as.
4. Pensemos, antes de actuar, si es razonable que nos digan «no me apetece» o «ahora no, lo haré más tarde».

## 2.3. ¿Cómo podemos trabajar este tema?

Hablaremos de una serie de estrategias que nos ayudarán. Podemos escoger aquellas que nos parezcan más frecuentes, más cómodas y más fáciles de llevar a cabo.

### **Lo primero: EL COMPROMISO**

Conseguir un compromiso valorando que lo que es **IMPORTANTE Y URGENTE SE HACE** y lo que es **IMPORTANTE PERO NO URGENTE, SE PUEDE POSPONER**.

### **Lo segundo: CONOCER CÓMO ACTUAMOS**



**Nota para educador/a**

- **Opción 1:** Pregunta a los/as padres/madres sobre una serie de actuaciones y, con las respuestas registradas (en el encerado, por ejemplo), establece un coloquio sobre la actuación más adecuada.
- **Opción 2:** Se les entrega un cuestionario con diversas preguntas que señalamos a continuación y el/la educador/a selecciona las dos o tres más señaladas con la respuesta «Sí».

### CUESTIONARIO DE ACTUACIONES FAMILIARES

→ Señale, por favor, la respuesta que se corresponde con lo que usted hace con frecuencia.

1. ¿Cuándo le asignáis una tarea a vuestros/as hijos/as tienen que cumplirla pase lo que pase?

SÍ  NO

2. ¿Cuándo veis cómo han hecho las tareas vuestros/as hijos/as se os escapan cosas como «anda deja, prefiero hacerlo yo, que lo hago antes y mejor»?

SÍ  NO

3. ¿Cuándo le proponemos una tarea a nuestros/as hijos/as, les explicamos claramente cómo deben hacerla y lo que esperamos de ellos?

SÍ  NO

4. En vuestra casa ¿están repartidas claramente las responsabilidades de cada quien?

SÍ  NO

5. ¿Les repetimos las órdenes insistentemente cuando no responden o no hacen una tarea?

SÍ  NO

6. ¿Les controlamos cuando hacen las tareas o permitimos que las hagan cuando quieran?

LO PRIMERO  LO SEGUNDO

7. ¿Les animamos expresándoles que confiamos en sus posibilidades y les decimos cosas como «sé que lo harás bien»?

SÍ  NO

8. Cuando no os gusta como han hecho las cosas ¿les decís cosas como «eres un/a inútil», «no sabes hacer nada» o «no se te puede encargar nada»?

SÍ  NO



## Lo tercero: ¿CÓMO PODEMOS CONVENCERNOS?



### Nota para educador/a

Siguiendo con las respuestas más frecuentes que nos han dado los/as padres/madres, les comentamos que ahora vamos a explicar una serie de estrategias que pueden poner en práctica en sus casas y que también aparecen incluidas en la *Guía para familias*. Todas ellas son útiles para cuando los/as hijos/as tengan que realizar tareas que no les apetecen.

- Primera.** Eliminar cualquier distracción que afecte a la tarea.
- Segunda.** Destacar el valor de la tarea, aunque las que son desagradables suelen tener poco valor. Traer al presente los beneficios futuros de hacer algo no apetecible (el presente es lo «no apetecible»).
- Tercera.** Empezar cuanto antes, dar el primer paso. La «regla de los dos minutos» nos enseña que al comenzar una tarea sentimos la necesidad de acabarla, a nuestro cerebro no le gusta dejar las cosas a medias.
- Cuarta.** El perfeccionismo, a veces, nos paraliza, puede ser productivo terminar algo provisionalmente y luego mejorarlo.
- Quinta.** En ocasiones podemos dividir las tareas: ahora un poco y luego la termino.
- Sexta.** Unir una tarea desagradable a una agradable: comienzan las fantasías.
- Séptima.** Podemos pensar en premios que nos damos a nosotros/as mismos/as, bien ayudados por nuestros/as padres/madres, bien sin su ayuda. Otra fantasía. Hacerse un regalo razonable si consigues realizar la tarea (hacer algo agradable). Hacer los deberes como un juego.

## SEGUNDA PARTE IMPLICACIÓN FAMILIAR

### SESIÓN 3

## La responsabilidad de las familias ante el estudio de sus hijos/as

- 3.1. Introducción. La familia en la escuela
- 3.2. ¿Hablamos de la escuela con nuestros/as hijos/as?
- 3.3. Nos responsabilizamos de su aprendizaje y de su estudio
- 3.4. Importan sus resultados académicos pero... también sus progresos

## 3.1. La familia en la escuela<sup>1</sup>

La base de la relación de la familia con la escuela debe ser el establecimiento de una comunicación fluida y adecuada, que redundará positivamente en el desarrollo integral del alumno/a.

Ya tratamos en la sesión anterior la importancia que tiene la comunicación en los procesos educativos.

La familia cumple con un papel relevante en el proceso educativo de sus hijos/as, por lo que su participación es un elemento clave que debe favorecerse desde el centro escolar, al mismo tiempo que no debe descuidarse por parte de los padres y las madres. Es decir, la familia y la escuela deben complementarse para que sus efectos positivos en el aprendizaje y desarrollo de nuestros/as hijos/as sumen.

Las investigaciones muestran una serie de beneficios de la implicación familiar para los padres y las madres, como los siguientes:

- Sentido más fuerte de apoyo de la escuela y otros/as padres/madres.
- Mayor conciencia del progreso del alumnado y una respuesta más efectiva a los problemas.
- Aumento de la confianza en uno mismo sobre cómo guiar/orientar a los/as hijos/as en la escuela.
- Apreciación del trabajo y de las habilidades de los/as maestros/as.
- Mayor sentimiento de identidad con la escuela.

La relación de las familias con la escuela implica diversos tipos de procesos de colaboración. Nuestro programa se enfoca, de manera prioritaria, a los que están relacionados con vuestra responsabilidad como padres y madres ante los resultados del aprendizaje de vuestros/as hijos/as, en las actividades que podéis desarrollar en el hogar para promover su crecimiento social y académico, en controlar su progreso académico y tener razonables expectativas de éxito.

En esta sesión trataremos de reflexionar sobre cómo es y cómo podemos mejorar nuestra relación con la escuela y cómo perciben nuestros/as hijos/as esa interacción. Además, trabajaremos estrategias ligadas con vuestra responsabilidad ante el estudio (cómo motivarlos/as, cómo valorar sus progresos y resultados, cómo supervisarlos/as...).



### Nota para educador/a

Con la finalidad de conocer algunos aspectos vinculados con la relación familias-escuela y la responsabilidad asumida por las familias respecto al aprendizaje y al rendimiento académico de sus hijos/as, se aplicará el cuestionario inicial, bien por escrito, o haciendo las preguntas oralmente al conjunto de padres y madres.

<sup>1</sup> Sesión diseñada con el apoyo de: Angulo, M.<sup>a</sup> del C., y Fuentes, L. M. (2013). *Ayuda a tu hijo o hija en los estudios. Primaria*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación, Cultura y Deporte; Casal, R. (2011). *Prevenir el fracaso escolar desde casa*. Barcelona: Graó; Santos Rego, M. A. (dir.) (2014). *Programa Eco-fa-se*. Santiago de Compostela: Servicio de Publicacións e Intercambio Científico de la Universidade de Santiago de Compostela; Servicio de Inspección Sevilla (2013). *Técnicas de Trabajo Intelectual*. Junta de Andalucía. Recuperado de: [www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/41008398/helvia/sitio/upload/MANUAL\\_DE\\_TECNICAS\\_DE\\_TRABAJO\\_INTELECTUAL\\_2832013.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/41008398/helvia/sitio/upload/MANUAL_DE_TECNICAS_DE_TRABAJO_INTELECTUAL_2832013.pdf)



Vamos a comenzar haciendo unas preguntas sobre acciones ligadas a vuestra relación con la escuela, vuestra responsabilidad ante el estudio y ante los resultados académicos de vuestros/as hijos/as.

CUESTIONARIO INICIAL		SÍ	NO
1.	¿Conoces al profesorado de tu hijo/a?		
2.	¿Mantienes contacto frecuente con el/la tutor/a?		
3.	¿Sueles demandar tú el contacto?		
4.	En una entrevista con el/la tutor/a, ¿tu actitud suele ser de colaboración?		
5.	¿Crees que tu hijo/a estudia porque se lo mandan los/as padres/madres o/y los/as profesores/as?		
6.	¿Crees que a tu hijo/a le gusta estudiar?		
7.	¿Justificas a tu hijo/a cuando olvida alguna tarea que tendría que realizar?		
8.	¿Sobreproteges a tu hijo/a haciendo tú sus tareas en alguna ocasión?		
9.	¿Piensas que el éxito académico es sólo el resultado final (aprobar o sacar buenas notas)?		
10.	¿Valoras su esfuerzo y sus avances?		



**Nota para educador/a**

Después de la realización del cuestionario, se reflexionará y trabajará sobre esos aspectos en esta tercera sesión.

## 3.2. ¿Hablamos de la escuela con nuestros/as hijos/as?

### → Actividad 1. ¿QUÉ PASA EN EL COLEGIO?

Objetivos:

- Reflexionar sobre el nivel de conocimiento que tenemos de lo que sucede en el colegio, en general, y de lo que hacen y aprenden nuestros/as hijos/as, en particular.
- Comprender la importancia de mostrar una actitud positiva hacia la escuela, el profesorado y las tareas para casa.



**Primer mensaje: ¡MOSTREMOS INTERÉS POR EL COLEGIO Y POR LAS ACTIVIDADES ESCOLARES DE NUESTROS/AS HIJOS/AS!**

¿De qué temas escolares hablamos con nuestros/as hijos/as?	¿Cómo?	¿En qué momentos?
Profesores/as		
Tutorías y reuniones		
Actividades		
Evaluaciones y notas		
Compañeros/as		
Otros		



#### **Nota para educador/a**

Una vez realizada la **Actividad 1**, reflexionar sobre el tipo de aspectos (positivos o negativos) en los que nos centramos cuando hablamos de la escuela con nuestros/as hijos/as y qué percepción pueden tener estos/as de la escuela en función de lo que hablamos, cómo y cuándo lo hacemos.

Al hablar con ellos/as de las actividades escolares estamos dedicándoles parte de nuestro tiempo, mostramos interés por lo que hacen y lo que les pasa, lo que ayudará a motivarlos en su estudio y aprendizaje.

## 3.3. Nos responsabilizamos de su aprendizaje y de su estudio

Desde casa debemos potenciar su autonomía, su responsabilidad y la confianza en sí mismos/as de forma progresiva, dejándoles claro que ellos/as son los responsables de estudiar, de realizar las tareas escolares o de preparar sus exámenes.

Tienen que aprender a intentar solucionar los problemas que se les presenten cuando están estudiando, a tomar decisiones sobre las tareas que deben realizar y a asumir las consecuencias (positivas o negativas) de esas decisiones.

Aunque debemos estar dispuestos/as a ayudarles, si lo precisan; que perciban que pueden contar con nosotros/as. ¿Cómo podemos mostrarles esa disposición? Interesándonos por cómo les va en el colegio, por lo que aprenden, por sus dificultades o por las tareas escolares, entre otros aspectos, de manera constante y no sólo en aquellos momentos en que no les vaya bien; orientándolos para mejorar las condiciones de estudio, su rendimiento académico...

Escucharlos/as es una estrategia que implica, además de prestarles atención y de preocuparnos por lo que hacen en el colegio y en casa, reforzar su motivación hacia el aprendizaje y fomentar el desarrollo de confianza en sus capacidades.

### → **Actividad 2. ¿CÓMO NOS RESPONSABILIZAMOS DEL APRENDIZAJE Y EL ESTUDIO DE NUESTROS/AS HIJOS/AS?**

Objetivos:

- Aprender a identificar posibles problemas en situaciones de estudio en el hogar.
- Responsabilizarse de introducir cambios o tomar decisiones respecto al estudio y el aprendizaje de nuestros/as hijos/as que mejoren estos procesos.



### **Segundo mensaje: TENEMOS UNA RESPONSABILIDAD ANTE EL APRENDIZAJE Y EL ESTUDIO DE NUESTROS/AS HIJOS/AS.**

A las cinco de la tarde en casa de Luis su madre le pregunta: «Luis, ¿cuándo vas a hacer los deberes?». Luis está en el salón viendo una de sus series favoritas y contesta: «Mamá, los haré cuando acabe la serie». Al pasar el tiempo, su madre se va poniendo nerviosa, ya que dentro de dos horas tendrán que salir para una actividad extraescolar. Han pasado quince minutos, todo sigue igual. Luis no apaga la tele, su madre empieza a enfadarse, y...

- a) Se pone a gritar, apaga la tele de forma brusca, coge a Luis por el brazo para que vaya a su habitación.
- b) Mientras Luis continúa viendo la tele, su madre va a la habitación, coge la mochila del cole, saca los libros y revisa los deberes que tiene para hoy.
- c) La madre de Luis, enfadada, llama a su padre y le comenta que el niño no le hace caso, que cuando vuelva tendrá que ponerse a hacer los deberes con él.
- d) La madre de Luis se pone delante de la tele y comienza a decirle que haga los deberes, que es por su bien, que es lo que toca ahora y que

de no hacerlo le espera un futuro muy negro, que debe esforzarse, y comienza a sermonear a Luis sobre la importancia del estudio.

De las posibles respuestas, ¿con cuál te identificas más?, ¿por qué?, ¿qué aspectos crees que se podrían mejorar en la relación de Luis y su madre para que no surjan conflictos a la hora de hacer las tareas escolares?



#### Nota para educador/a

Puesta en común de las respuestas dadas a la **Actividad 2**. Primero, analizaremos cómo perciben ellos/as que actúan en una situación semejante a la presentada y si consideran que su actuación es adecuada o no. En un segundo momento revisaremos las posibles propuestas de mejora, reflexionando sobre las posibilidades reales de llevarlas a la práctica en sus hogares.

El/la educador/a deberá incidir en que:

- Hay que trabajar con los/as niños/as progresivamente su responsabilidad en la tarea.
- Proponer las tareas con un nivel de dificultad adecuado para que puedan realizarlas.
- Ayudarles a afrontar el fracaso.

## 3.4. Importan sus resultados académicos pero... también sus progresos

La importancia de los resultados académicos que los/as niños/as consigan no se puede obviar en la escuela ni en casa, pero no debemos centrar el proceso de aprendizaje únicamente en las notas finales, sino que es fundamental valorar también los progresos conseguidos.

Si solo hablamos con nuestros/as hijos/as de cómo les va en la escuela en los momentos en que nos traen las notas, damos a entender que priorizamos los resultados sobre el proceso y los esfuerzos realizados para aprender.

Debemos reflexionar conjuntamente sobre los procesos y resultados, hablar con ellos/as antes, durante y después de cualquier actividad de aprendizaje, lo que ayudará a reforzarlo/la.

### → Actividad 3. ¿QUÉ VALOR LE DAMOS AL ESTUDIO DE NUESTROS/AS HIJOS/AS?

Objetivos:

- Reflexionar sobre qué les puede motivar a estudiar y a aprender.
- Analizar qué peso le damos a los resultados académicos y a los esfuerzos para obtenerlos que hacen nuestros/as hijos/as.



**Tercer mensaje: ¡VALOREMOS SUS RESULTADOS POSITIVOS, PERO TAMBIÉN SUS ESFUERZOS Y PROGRESOS!**

Os presentamos un caso con el que pretendemos trabajar la **motivación para el estudio** y la **valoración de progresos y resultados**. Para ello os pedimos:

- Identificar el problema.
- Delimitar cuándo dejó de motivarse.
- Proponer estrategias para solucionar el problema.

Nuestro/a hijo/a cursa 6.º de educación primaria y en el primer trimestre ha suspendido varias asignaturas. Nos han sorprendido estos resultados porque, aunque siempre ha sido «un/a niño/a flojo/a», hasta ahora aprobaba y siempre le premiábamos con algo que le gustara. Nos costaba mucho que se pusiese a estudiar y lo dejaba todo para el último día, teníamos que estar mucho encima de él/ella, al contrario de lo que sucede con su hermano/a mayor... Dice que no le gusta estudiar, que se aburre y que no le interesa. Este curso lo/a obligamos a que se meta en su habitación a estudiar, pensamos que está estudiando, pero puede estar oyendo música, jugando a la videoconsola... Cuando le preguntamos por qué no estudia, nos comenta que no tiene ganas y que ya lo hará.



#### **Nota para educador/a**

A partir de la lectura del caso, trabajar por grupos:

- Tipos de motivación que emplean los/as padres/madres y su grado de adecuación.
- Reflexión sobre la valoración que muestran los/as padres/madres hacia los resultados académicos y hacia los esfuerzos del/ de la hijo/a.
- Cambios que propondrían en la actuación de los/as padres/madres.

Incidirá en las actividades que los/as padres/madres pueden realizar para valorar los logros en el aprendizaje de sus hijos/as como, por ejemplo, ayudarles a aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones de la vida cotidiana (hacer la compra, planificar un viaje, cocinar una receta...) diferentes al contexto escolar; orientar su motivación hacia las TIC en su tiempo de ocio al tiempo de estudio.

Reforzar sus logros, especialmente su esfuerzo y dedicación, aunque no hayan conseguido los objetivos a los que aspiraban, servirá para que tengan confianza en sí mismos/as. Las críticas también pueden ser necesarias y, en esos casos, siempre hacédlas con carácter constructivo y concretando qué aspectos pueden mejorar; o ayudándoles en el análisis de las causas. Si debemos reprenderlo/a lo haremos de manera que lo enfoquemos hacia aquello que ha hecho mal. Y hablar seriamente y con firmeza, pero con calma y tranquilidad.

A MODO DE CONCLUSIÓN

**RESPONSABILICÉMONOS DEL APRENDIZAJE, EL ESTUDIO Y LOS RESULTADOS ACADÉMICOS DE NUESTROS/AS HIJOS/AS**

 <b>¿QUÉ PODEMOS HACER?</b>	 <b>¿QUÉ NO DEBEMOS HACER?</b>
<p>Mostrarles una actitud positiva hacia el colegio, el profesorado y las tareas para casa.                      Mantener un contacto personal con el tutor/a.</p>	<p>Hablar mal del colegio, del profesorado o de las tareas para casa.</p>
<p>Fomentar su responsabilidad y autonomía.</p>	<p>Hacer los deberes por ellos/as (sobreprotección).                      Atosigarles con los deberes, preguntándoles constantemente si los han realizado.</p>
<p>Supervisar su estudio y generar un buen clima de colaboración.</p>	<p>Presionarles demasiado, sin respetar sus ritmos de aprendizaje.</p>
<p>Proporcionarles un ambiente donde el aprendizaje sea un valor, creando situaciones en las que puedan aplicar los conocimientos aprendidos y ofreciéndoles estímulos por explorar.                      Desarrollar y reforzar el afán de aprender cosas nuevas y la curiosidad natural.                      Potenciar su motivación a la lectura.</p>	<p>Pensar que los estudios es lo único importante en la vida de nuestros/as hijos/as.                      No respetar su tiempo libre y de ocio.</p>
<p>Encontrar maneras de motivarlos/as hacia el estudio y el aprendizaje.                      Reforzar sus logros y, especialmente, los esfuerzos que realizan.</p>	<p>Reforzar sus logros únicamente con premios materiales.                      Compararles continuamente con hermanos/as, primos/as, amigos/as...                      Únicamente criticarles aquello que hacen mal, sin tener en cuenta ni reforzarles lo positivo.</p>

## SEGUNDA PARTE IMPLICACIÓN FAMILIAR

### SESIÓN 4 El trabajo escolar en casa

- 4.1. La implicación familiar en el desarrollo del trabajo escolar en el hogar
- 4.2. Factores personales condicionantes del trabajo escolar y del estudio
- 4.3. La planificación y organización de las tareas escolares y de estudio
- 4.4. Técnicas básicas de estudio

## 4.1. La implicación familiar en el desarrollo del trabajo escolar en el hogar<sup>1</sup>

En la sesión anterior ha sido abordada la importancia de la comunicación de las familias con la escuela, desempeñando éstas un papel relevante en el proceso educativo de sus hijos/as. Por ello, vamos a retomar, en la presente sesión, la importancia de la participación familiar en la escuela, sin obviar el papel que puede desempeñar en relación al trabajo escolar en casa.



### Nota para educador/a

Debe hacer un recordatorio de lo abordado en la sesión anterior con el propósito de dar continuidad a las sesiones.

### Concretamente, vamos a trabajar para:

- Fomentar la implicación de las familias en la educación de los hijos/as de cara a favorecer la realización de las Tareas Para Casa (TPC).
- Propiciar que las familias posibiliten en el hogar (con los medios disponibles) las condiciones necesarias para generar hábitos que ayuden a los/as hijos/as a asumir y seguir con responsabilidad las TPC y el estudio.
- Facilitar a los padres/madres nociones básicas sobre cómo ayudar a sus hijos/as en las TPC y de estudio mediante la utilización de técnicas básicas y el uso de las TIC.

La implicación de las familias en el desarrollo del trabajo escolar en el hogar presenta consecuencias positivas en el alumnado de educación primaria en lo que respecta a la mejora de su rendimiento académico.

El tipo de implicación más efectiva se centra tanto en la importancia de establecer normas sobre cuándo y dónde realizar las tareas, lo que conlleva un incremento del hábito de sus hijos/as para el trabajo y el estudio, como en ayudarlos/as para la correcta utilización de diferentes técnicas de estudio.

<sup>1</sup> Sesión diseñada con el apoyo de Álvarez González, M., y Fernández Valentín, R. (2002). *CHTE. Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio*. Madrid: TEA Ediciones; Angulo, M.<sup>º</sup> del C., y Fuentes, L. M. (2013). *Ayuda a tu hijo o hija en los estudios. Primaria*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación, Cultura y Deporte; Casal, R. (2011). *Prevenir el fracaso escolar desde casa*. Barcelona: Graó; Gómez, P., García, A., y Alonso, P. (1991). *TTI. Procedimientos para aprender a aprender. Programa de Técnicas de Trabajo Intelectual*. Madrid: EOS; Pozar, F. F. (2002). *IHE. Inventario de hábitos de estudio*. Madrid: TEA Ediciones; Santos Rego, M. A. (dir.) (2014). *Programa Eco-fa-se*. Santiago de Compostela: Servizo de Publicacións e Intercambio Científico de la Universidade de Santiago de Compostela.

El método de estudio es el mejor camino para llegar al aprendizaje y al éxito académico, debiendo valerse de técnicas específicas que han de ser adquiridas antes que el propio hábito de estudio, que se define como la costumbre de estudiar con cierta frecuencia, estableciendo y dedicando sistemáticamente determinadas horas al día a lo largo de la semana. No obstante, ello también requiere de la propia motivación e interés del alumnado por aprender, adquiriéndose ya en el seno familiar, de ahí la importancia de la implicación familiar para que sus hijos/as cultiven la motivación e interés por el saber, además de contribuir a la adquisición y puesta en práctica de aquellas técnicas que favorecen el aprendizaje autónomo, al tiempo que ayuden a sacar el máximo provecho al estudio.



#### **Nota para educador/a**

Formulará un interrogante inicial, que servirá para realizar una reflexión inicial y dar paso a la primera actividad de la sesión.

El interrogante inicial es el siguiente: **¿Cómo estudia tu hijo/a y cómo le puedes ayudar?**

#### **→ Dinámica 1. ¿CÓMO ESTUDIA TU HIJO/A Y CÓMO LE PUEDES AYUDAR?**

Objetivo:

→ Ayudar a identificar diferentes aspectos que pueden influir en las tareas escolares y en los hábitos de estudio de vuestros/as hijos/as.



#### **Primer mensaje: ¡DE NOSOTROS DEPENDE EL ESTUDIO DE NUESTROS/AS HIJOS/AS!**



#### **Nota para educador/a**

Una vez entregado el cuestionario, menciona los diferentes aspectos influyentes en las tareas escolares y en los hábitos de estudio (factores personales, condiciones ambientales, planificación y organización, así como la utilización de técnicas de estudio). A continuación, se presenta el cuestionario, su estructura, las instrucciones de cumplimentación y las normas de corrección y valoración de resultados.

**CUESTIONARIO SOBRE ASPECTOS INFLUYENTES EN LAS TAREAS ESCOLARES Y EN LOS HÁBITOS DE ESTUDIO**

	<b>A) FACTORES PERSONALES</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi nunca</b>
<b>1.</b>	En casa procuro que por la noche duerma las horas necesarias.			
<b>2.</b>	Trato de que mantenga unos buenos hábitos alimenticios.			
<b>3.</b>	Velo porque no adquiera hábitos no saludables.			
<b>4.</b>	Le facilito y animo a realizar algún deporte o ejercicio físico.			
<b>5.</b>	Evito saturarle de tareas extraescolares, ofreciendo tiempos de descanso y para relajarse.			
<b>6.</b>	Le animo, aunque su rendimiento académico no sea el esperado.			
<b>7.</b>	Procuro evitar que ciertas situaciones familiares le puedan generar ansiedad.			
<b>8.</b>	Me preocupo por su día a día en el colegio y por su relación con los compañeros/as y el profesorado.			
<b>9.</b>	Trato de conocer su estado de ánimo.			
<b>10.</b>	Le incentivo para que tenga interés por aprender y asuma sus responsabilidades con respecto al estudio y a las tareas escolares.			
	<b>N.º de respuestas</b>			
	<b>Total</b>			



	<b>B) CONDICIONES AMBIENTALES</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi nunca</b>
1.	Le facilito un lugar para estudiar y hacer las tareas escolares.			
2.	Tiene mobiliario específico para estudiar y hacer los deberes.			
3.	El lugar de estudio está limpio y ordenado.			
4.	La iluminación del lugar de estudio es adecuada.			
5.	Estudia y hace los deberes con una ventilación y temperatura adecuada.			
6.	Hace los deberes y estudia siempre en el mismo lugar.			
7.	Utiliza el lugar de estudio sobre todo para dichas tareas.			
8.	Mantiene una postura adecuada al estudiar y hacer las tareas.			
9.	Estudia sin ruidos o distracciones.			
10.	Tiene a mano los materiales necesarios para hacer los deberes y estudiar.			
	<b>N.º de respuestas</b>			
	<b>Total</b>			

	<b>C) PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi nunca</b>
1.	Establece un horario de estudio.			
2.	El horario incluye tiempos y días de descanso.			
3.	Cumple con el horario establecido.			
4.	Estudia todos los días.			
5.	Tiene a mano y ordenado todo lo que necesita.			

	<b>C) PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi nunca</b>
<b>6.</b>	Apunta lo que tiene que hacer cada día.			
<b>7.</b>	Termina a tiempo todas las tareas escolares que le mandan para casa.			
<b>8.</b>	Organiza los cuadernos, los apuntes, etc.			
<b>9.</b>	Dedica un tiempo específico a cada materia.			
<b>10.</b>	Estudia para los exámenes sin esperar al último día.			
	<b>N.º de respuestas</b>			
	<b>Total</b>			

	<b>D) UTILIZACIÓN DE TÉCNICAS DE ESTUDIO</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi nunca</b>
<b>1.</b>	Al empezar a estudiar, hace una lectura rápida.			
<b>2.</b>	Vuelve a leer si no ha comprendido algo, señala lo que no entiende...			
<b>3.</b>	Si lo necesita busca en el diccionario, libros, internet...			
<b>4.</b>	Encuentra y anota las ideas principales.			
<b>5.</b>	Subraya lo más importante.			
<b>6.</b>	Hace resúmenes.			
<b>7.</b>	Hace esquemas.			
<b>8.</b>	Utiliza técnicas para memorizar.			
<b>9.</b>	Repasa los temas después de aprendidos.			
<b>10.</b>	Utiliza de una forma óptima las tecnologías para estudiar y hacer los deberes.			
	<b>N.º de respuestas</b>			
	<b>Total</b>			

### ¿Cómo se corrige?

Contabiliza las veces que has marcado Siempre, A veces y Casi nunca en cada uno de los apartados del cuestionario.

→ Puntuación: Siempre = 2 puntos; A veces = 1 punto; Casi nunca = 0 puntos.

→ Suma todos los puntos e indica la puntuación obtenida en cada apartado en la casilla Total.

### Valoración de los resultados

Para cada uno de los apartados, Factores Personales, Condiciones Ambientales, Planificación, Organización y Utilización de Técnicas de Estudio, podemos establecer el siguiente criterio de valoración:

→ Puntuación entre 15 y 20 puntos - BUENA / ADECUADA.

→ Puntuación entre 8 y 14 puntos - REGULAR / MEJORABLE.

→ Puntuación entre 0 y 7 puntos - MALA / INADECUADA.



### Nota para educador/a

Una vez cumplimentado el cuestionario por todos, el/la educador/a hará especial hincapié en la importancia que la realización de los deberes y el estudio tiene en el éxito escolar con el propósito de mostrar lo que los/as padres/madres pueden hacer, actuando siempre con una actitud positiva, para que sus hijos/as afronten los estudios en las mejores condiciones posibles, pudiendo dar, de este modo, lo mejor de ellos/as.

Seguidamente, el/la educador/a destacará también la influencia que la familia puede tener en la motivación de cara a la realización de las tareas y el estudio. A medida que se vayan presentando los resultados obtenidos en cada uno de los bloques del cuestionario, el/la educador/a promoverá la reflexión sobre la influencia que pueden ejercer ciertos factores personales y condiciones ambientales.

## 4.2. Factores personales condicionantes del trabajo escolar y del estudio

### → Dinámica 2. ¿QUÉ FACTORES CONDICIONAN EL TRABAJO ESCOLAR Y EL ESTUDIO?

Objetivo:

→ Ayudar a identificar los factores facilitadores de la concentración y favorecedores del rendimiento de los/as hijos/as en la realización de los deberes y/o el estudio.



## Segundo mensaje: LAS CONDICIONES DE ESTUDIO SON IMPORTANTES. ¡REVÍLASAS!



### Nota para educador/a

Tomando como punto de partida las ideas surgidas tras la cumplimentación y reflexión de los aspectos abordados en el cuestionario, el/la educador/a resaltaré los principales factores personales y ambientales que pueden influir en la concentración y el rendimiento de los/as escolares en la realización de los deberes o el estudio.

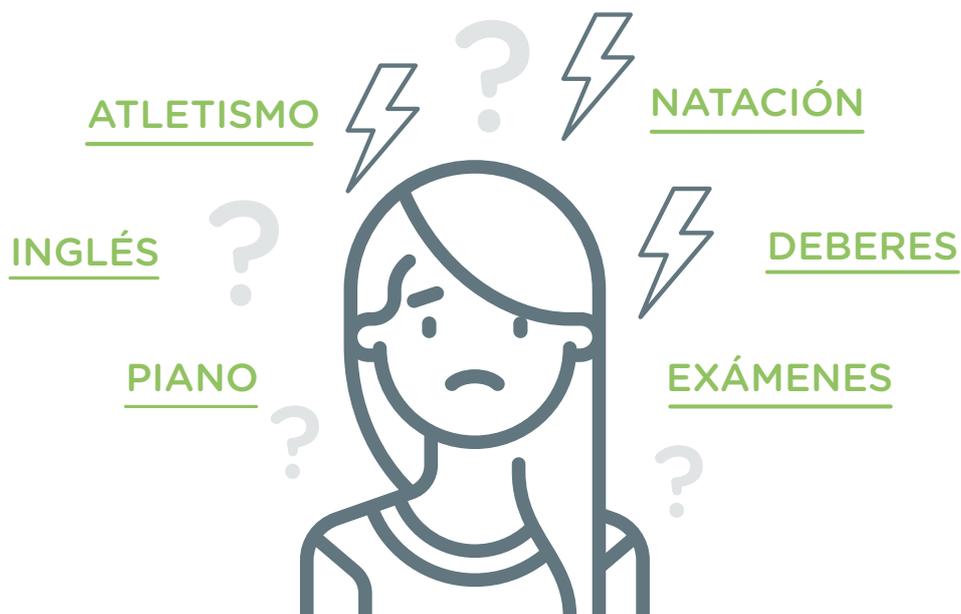
#### A) Factores personales:

- **De carácter físico:** dormir y descansar lo suficiente; mantener una buena alimentación; realizar ejercicio físico; practicar la relajación y prevenir contra la adquisición de hábitos no saludables.
- **De carácter psíquico:** estado de ánimo, el cual puede verse afectado de forma directa e indirecta; reconocimiento de la presencia de problemas personales en los/as hijos/as; motivación para la realización de tareas escolares y el estudio.

**B) Factores ambientales:** realización de los deberes y estudio en el mismo lugar; disponibilidad de mobiliario específico; iluminación adecuada; temperatura idónea y buena ventilación; lugar de estudio limpio y ordenado; postura adecuada; sin ruidos ni distracciones y materiales necesarios para el estudio.

**C) Planificación y organización de las tareas escolares y de estudio:** establecimiento de tiempos para el estudio y la realización de tareas; organización de horarios para el estudio y el descanso; cumplimentación y seguimiento de la agenda escolar; cumplimiento de los horarios; estudio diario y de las diferentes materias; preparación anticipada de los exámenes y tareas a realizar, así como disponibilidad de los medios y recursos necesarios.

### → Tarea 1: LOS FACTORES PERSONALES Y AMBIENTALES CUENTAN...



### A) PAPÁ, MAMÁ, ¡YA NO PUEDO MÁS! ¡NECESITO UN RESPIRO!

En ocasiones, la vida de los/as escolares termina siendo similar a la de los adultos. Jornadas interminables en las que mil y una tareas diarias se acumulan. Resulta interesante que hagan un poco de todo, partiendo de sus intereses y compatibilizándolo con sus obligaciones escolares, porque será bueno para su futuro. Pero es posible que el **estrés** se esté asentando en la vida de los/as niños/as de una forma prematura, afectando a su rendimiento en general y al académico en particular.

- ¿Se es consciente de la presión a la que se pueden ver sometidos/as los/as hijos/as?
- ¿La situación planteada en la ilustración se asemeja a lo que sucede con vuestro hijo o hija?
- ¿De ser el caso, qué se podría hacer para reconducir la situación?

¡OBSERVAR y reconocer posibles signos de alerta!

**Signos de alerta:** cansancio, agotamiento, agobio, ansiedad, desmotivación, mal humor, discusiones con los/as padres/madres, actitud negativa a la hora de hacer las cosas, incluso aquellas que les gustaban, etc.

- ¡Es importante COMUNICARSE con los/as hijos/as!
- ¡PONERSE EN SU LUGAR, reconocer, comprender la situación!
- ¡NUNCA PRESIONAR, priorizar, negociar, animar!

### B) ¿QUÉ TE OCURRE?

#### FACTORES PERSONALES: EL ESTADO DE ÁNIMO DE NUESTRO/A HIJO/A

Preocuparse por conocer su **estado de ánimo** es importante para anticiparse a posibles problemas que puedan afectar a su motivación, concentración, etc., al estudiar o al realizar los deberes.



- ¿Habéis visto alguna vez a vuestro/a hijo/a en una situación similar a la de la ilustración?
- ¿Será que le pasa algo en la escuela, con los/as amigos/as o con los/as profesores/as?
- ¿Hay algo en casa que le pueda estar afectando?
- ¿Qué se podría hacer desde casa?

¡OBSERVAR y reconocer posibles signos de alerta!

**Signos de alerta:** apatía, tristeza, habla poco, no sale de su habitación, se queda ensimismado/a con las TIC..., malos resultados en los exámenes, quejas de los/as maestros/as porque no hace los deberes, etc.

- ¡La COMUNICACIÓN con los/as hijos/as y con los profesores es importante!



## 4.3. La planificación y organización de las tareas escolares y de estudio

### → Tarea 2: PLANIFICANDO LOS TIEMPOS...



#### Nota para educador/a

Tras la realización de la primera parte de la dinámica, el/la educador/a expone la siguiente actividad, a través de la cual las familias intentarán realizar una planificación y organización de horarios de las diferentes tareas a realizar diariamente por sus hijos/as. Es por ello que se presenta la siguiente ficha de trabajo con el propósito de ser cumplimentada por los padres/madres para, con posterioridad, ser comentada y favorecer la reflexión. La finalidad última es que los padres/madres confeccionen un horario y reflexionen sobre los tiempos dedicados por sus hijos/as a las diferentes tareas. Algunos de los interrogantes que pueden ser formulados por el/la educador/a son los siguientes:

- ¿Qué tiempo dedican vuestros/as hijos/as a la realización de las diferentes tareas?
- ¿Con qué tiempo cuentan vuestros/as hijos/as para llevar a cabo actividades de ocio?
  - ¿Consideráis adecuado el tiempo invertido por vuestros/as hijos/as para la realización de las tareas escolares y el estudio?
- ¿Consideráis adecuado el tiempo que compartís con ellos/as en la realización de tareas?
- ¿Es equilibrada la distribución horaria realizada para cada tipo de tareas?
- ¿Consideráis que dicha distribución es adecuada o por el contrario requiere alguna modificación?

Algunos tipos de actividades a considerar para la organización y planificación de los tiempos:



### PLANIFICANDO LOS TIEMPOS...

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
00.00-06.00							
07.00							
08.00							
09.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							
24.00							

## 4.4. Técnicas básicas de estudio

### → Dinámica 3. ¿QUÉ TÉCNICAS Y RECURSOS PODEMOS EMPLEAR PARA AYUDAR EN EL ESTUDIO Y EL TRABAJO ESCOLAR DE NUESTROS HIJOS?

Objetivo:

- Dar a conocer técnicas básicas de estudio y recursos tecnológicos con el propósito de orientar a los/as hijos/as en el manejo de las mismas.



### Tercer mensaje: ¡DEBES INTERESARTE POR LO QUE HACEN Y CÓMO LO HACEN!



#### Nota para educador/a

Destacará la idea de que estudiar no es lo mismo que hacer los deberes, aunque ambas actividades puedan tener puntos en común, por lo que aclarará el concepto de estudiar (proceso amplio que permite interconectar lo que hay que aprender con lo que ya se sabe, por lo que implica asimilar conceptos, comprender, interiorizar, investigar sobre ciertos contenidos o procesos,...), recalcando que el estudio no debe asociarse únicamente a los exámenes, sino como parte del plan de trabajo de cualquier estudiante.

En consecuencia, el/la educador/a insiste en que el estudio es un proceso que requiere tiempo, una actitud activa, la consideración de factores personales, la disponibilidad de adecuados factores ambientales, así como determinadas técnicas y recursos de estudio.



#### Nota para educador/a

Tomando como punto de partida la totalidad de ideas abordadas durante la sesión, el/la educador/a resaltarán aquellas técnicas de estudio y recursos TIC propicias para la etapa de educación primaria, dando a conocer unos pasos sencillos para que éstas sean incorporadas por los/as escolares de modo progresivo.

##### A) Técnicas básicas de estudio:

- Lectura Básica
- Técnica EPL2R
- Subrayado
- Esquema
- Resumen
- Memorización

##### B) Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC):

- Internet
- Dispositivos móviles
- Entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje
- Portales educativos

## AYUDANDO A NUESTROS/AS HIJOS/AS A UTILIZAR LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO

Algunos hábitos y técnicas de estudio no solo se adquieren en la escuela, sino que también se refuerzan en casa. Los/as padres/madres deben favorecer y apoyar la adquisición de aspectos como:



### – Lectura básica: yo leo, tú lees, el lee

Si los/as padres/madres también leen en casa, pueden reforzar el gusto y motivación por la lectura, lo que, además de ampliar su cultura, ayudará a mejorar la lectura y comprensión de textos a la hora de estudiar y hacer los deberes (lectura global, lectura en profundidad, lectura rápida para repaso...).



### – Subrayar: resaltando lo más importante

No todo vale. Siempre hay cosas más importantes a identificar o a destacar. La mejor forma de hacerlo es subrayando o marcando. Compruébese que aprenden a distinguir el grano entre la paja.



### – Haciendo esquemas: captando y relacionando ideas clave

Esquematizar un texto leído resulta una buena forma de comprender su significado y permite retenerlo. Además, de un golpe de vista se pueden repasar las ideas clave y su relación. Debe animarse al/la escolar en su uso para que lo vea como algo útil a la vez que entretenido. ¡Es como dibujar!



### – Resumir: quedarse con la esencia

Siempre útil cuando lo hagan con sus propias palabras. Pueden apoyarse en las técnicas anteriores y facilita comprender y memorizar lo aprendido. Como ayuda, podemos comprobar que no se limiten a copiar partes del texto, etc.



### – Memorizar, que no «chapar»

Siempre después de comprender lo leído. Las técnicas anteriores pueden ayudar: lectura rápida-lectura detenida-subrayar-esquematizar-resumir-repasar. Se debe evitar que repitan como papagayos. Hacerles preguntas orales sobre lo leído o lo estudiado resulta de utilidad para ver si van por el buen camino.

### Cosas que los padres/madres pueden hacer:

- OBSERVAR lo qué hacen y cómo lo hacen.
- PREGUNTAR sobre lo qué leen, sobre cómo estudian, sobre lo qué estudian...
- COMPROBAR que lo hacen correctamente y PRESTAR AYUDA cuando lo pidan, pero NO HACERLO POR ELLOS/AS.
- ORIENTARLES en el uso de las TIC para aprender.

### **Algunas webs educativas de interés**

Supersaber.com. [www.supersaber.com](http://www.supersaber.com).

Juegos de matemáticas, lengua, ciencias naturales, etc.

Educalandia.net. [www.educalandia.net](http://www.educalandia.net)

Juegos y ayuda al aprendizaje.

Learning Games for Kids. [www.learninggamesforkids.com](http://www.learninggamesforkids.com)

Juegos educativos en inglés.

Educaguía. [www.educaguia.com](http://www.educaguia.com)

Múltiples recursos educativos.

Aprendiendo Matemáticas. <https://aprendiendomatematicas.com/blog>

Actividades y juegos sobre matemáticas para distintas edades

Claseshistoria.com. [www.claseshistoria.com](http://www.claseshistoria.com)

Revista digital de Historia y Ciencias Sociales

Cuentos Infantiles A dormir.com. [www.cuentosinfantilesadormir.com](http://www.cuentosinfantilesadormir.com)

Cuentos clásicos, fábulas, etc.

### **A modo de conclusión...**

La implicación familiar en el desarrollo del trabajo escolar realizado en casa influye positivamente en el alumnado, su motivación e interés y, en consecuencia, en la mejora de su rendimiento académico.

La toma en consideración de factores personales y ambientales y el establecimiento de normas sobre cuándo y dónde realizar las tareas implica un incremento del hábito de sus hijos/as para el trabajo y el estudio.

El uso de técnicas específicas de estudio y el empleo de ciertos recursos (por ejemplo las TIC) favorecen un aprendizaje autónomo.

# IMPLICACIÓN FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

LA EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA PARA PADRES Y MADRES

ALUMNADO

PRIMERA PARTE  
COMUNICACIÓN Y FAMILIA

SESIÓN 1  
Los inicios de la adolescencia

1.1. Los cambios en la adolescencia

# 1.1. Los cambios en la adolescencia



## Nota para educador/a

En la sesión de hoy hablaremos sobre los cambios más importantes por los que tendréis que pasar en esta etapa vital en la que os encontráis.

Comentaremos cómo nos vemos, cómo pensamos que nos ven nuestros/as compañeros/as y amigos/as, hablaremos de nuestras cualidades y defectos, de las personas a las que acudimos para hablar de todas estas cuestiones que nos preocupan o inquietan...

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA (qué vamos a hacer en las diferentes sesiones, por qué estamos aquí).



## Nota para educador/a

Vamos a realizar una actividad muy sencilla para romper el hielo y ver si nos conocemos.

## → Actividad 1. PRESENTACIÓN DE LOS/AS ALUMNOS/AS (ronda de nombres y hobbies + DINÁMICA GRUPAL (la manta, el nudo...))

### DINÁMICA DE LA MANTA

Objetivos:

- Romper el hielo en el grupo.
- Crear confianza en el grupo.

Materiales:

- Manta o tela grande.

Desarrollo:

Partiendo de que el grupo con el que trabajaremos ya se conoce por ser alumnos/as de la misma clase, no es necesario realizar dinámicas de presentación en la que expongan únicamente sus nombres. La dinámica de la manta tiene como objetivo el que nos familiaricemos con el nombre de los/as alumnos/as y que estos/as adquieran, progresivamente, confianza de cara a la participación en las sesiones.

Concretamente, se divide el grupo en dos equipos que participarán simultáneamente. En función del tiempo y del número, 1 o 2 alumnos/as se situarán detrás de la manta evitando ser vistos/as por sus compañeros/as. El/la educador/a y un/a ayudante estarán sujetando la manta y, en el momento en el que la suelten, los/as alumnos/as, independientemente del equipo al que pertenezcan, deberán decir el nombre de la persona que se escondía. Aquel o aquella que más tarde en decir el nombre (o que no lo diga), cambiará de equipo. A fin de que todos/as los/as alumnos/as participen, se llevarán a cabo las rondas necesarias.

## DINÁMICA DEL NUDO

Objetivos:

- Romper el hielo en el grupo.
- Crear confianza en el grupo.

Materiales:

- Ninguno.

Desarrollo:

Inicialmente, los/as alumnos/as deben situarse en un círculo ocupando una superficie inferior a un metro y medio. Una vez se han colocado formando un pequeño grupo, se les indicará que cierren los ojos y se cojan de las manos de los/as compañeros/as más próximos/as, guiándolos/as para formar un «nudo».

Después comenzarán a desenredarse sin soltarse de las manos. El juego concluirá en el momento en que el alumnado forme un gran círculo independientemente de que unos/as estén orientados/as hacia el centro y otros/as hacia afuera.

DEBATIR sobre lo que se ha sentido, vivido, y la relación con el momento vital (con esto se pretende conocer más a los/as destinatarios/as, ver su posicionamiento y de que conocimientos partimos para desarrollar el programa).

Una vez desarrollado el DEBATE, procederemos con una breve explicación de los cambios en la adolescencia, haciendo hincapié en el autoconocimiento y en la identidad.

- Comienza con los cambios de la PUBERTAD. Debemos tener en cuenta que los/as destinatarios/as de este programa son pre-adolescentes, y están inmersos/as en estos cambios.
- Maduración sexual y cambios físicos apreciables.
- Desarrollo cognitivo.
- Aumento de fuerza y resistencia.
- «Yo y la IDENTIDAD PERSONAL»: problemas relativos al modo en que el/la adolescente afronta el desafío de construir su propia identidad.
- En la adolescencia, los espacios donde son posibles los intercambios o interacciones sociales se expanden de manera extraordinaria. Al mismo tiempo se debilita mucho la referencia a la familia. PROTAGONISMO del GRUPO de iguales<sup>1</sup>.

INTRODUCIR la cuestión de la identidad, establecer un DEBATE que sirva de introducción a la técnica del escudo que se realizará posteriormente. Podemos realizar preguntas como:

- ¿Sabes cuál será tu ocupación en un futuro?
- ¿Cómo planteas tus tiempos? ¿Y cómo eliges lo que deseas hacer?
- ¿Cómo escoges tu ropa?
- ¿Cuáles son tus aficiones? ¿Cómo las has escogido?
- ¿Qué haces cuando te juntas con tus amigos/as? ¿Quién elige el plan?
- ¿Qué visión tienes sobre tu familia? ¿Crees que han marcado de alguna manera tu forma de ser?
- ¿Con que carácter te describirías? ¿Cómo reaccionas cuando te enfadas? ¿Te funciona?

<sup>1</sup>Balsells i Bailón, M. A. (2003). La infancia en riesgo social desde la sociedad del bienestar. *Teoría de la Educación: educación y cultura en la sociedad de la información*, 4, 1-9.



**Nota para educador/a**

Qué es el autoconocimiento y por qué es importante conocerse a sí mismo.

**→ Actividad 2. DINÁMICA DEL ESCUDO y reflexión grupal**

Objetivos:

- Trabajar las características personales de una manera simbólica y creativa.
- Ampliar el conocimiento que cada uno/a tiene de sí mismo/a.
- Dar la posibilidad de reconocer y redescubrir sus potencialidades.

Materiales:

- Plantilla del escudo.
- Lápices y pinturas.

Desarrollo:

El/la educador/a proporcionará a cada alumno/a el modelo del escudo dividida en cuatro partes. El fin de esta actividad es que lo personalicen con sus características a través de dibujos o palabras. En la primera parte del escudo deben representar sus cualidades personales, en la segunda sus aficiones, en la tercera las personas importantes en su vida y en la cuarta aspectos relacionados con sus estudios.

Cuando hayan finalizado su escudo, lo expondrán ante sus compañeros/as, con el objetivo de realizar una reflexión grupal.

\*Si el grupo es muy numeroso se expondrá únicamente la primer parte del escudo.

Con el fin de trabajar el autoconcepto desde la perspectiva de la identidad personal/grupal, procedemos a explicar el concepto.

**Explicación del autoconcepto<sup>2</sup>**

El autoconcepto se encuentra relacionado con la aceptación de uno/a mismo/a, el bienestar o la falta del mismo constituyen dos polos en los que el autoconcepto se encuentra siempre presente.

El autoconcepto, entendido como la imagen que uno/a tiene de sí mismo/a, de sus atributos, sus limitaciones y su capacidad potencial de interacción con los demás, llega a controlar todas las manifestaciones conductuales relevantes, en tanto que la imagen tiene influencia en la percepción de los/as otros/as y del mundo externo en general.

El autoconcepto se refiere a las percepciones que tenemos sobre nosotros/as mismos/as, constituyendo el modo en que nos representamos, nos conocemos y nos valoramos. Pero este conjunto de juicios se construye a través de las experiencias y de las relaciones que tenemos con el entorno.



**Nota para educador/a**

Es importante diferenciar entre AUTOCONCEPTO y AUTOESTIMA.

<sup>2</sup> Información obtenida de García, J. F., Musitu G., y Veiga, F. (2006). Autoconcepto en adultos de España y Portugal. *Psicothema*, 18(3), 551-556; Massenzana, F. B. (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios? *Revista de Investigación en Psicología Social*, 3(1), 39-52; Harter, S. (2012). *The construction of the Self: developmental and sociocultural foundations*. Nueva York: The Guilford Press.



### → Actividad 3: DINÁMICA DE LAS FORMAS/FIGURAS (Autoconcepto grupal/social)

Objetivos:

- Descubrir cómo te ven los/as demás miembros del grupo.
- Favorecer la cohesión grupal.
- Comparar lo que uno/a piensa de sí mismo/a con lo que piensan los/as demás.

Materiales:

- Papel continuo, lápices y pinturas.

Desarrollo:

Para empezar, es necesario agrupar a los/as alumnos/as en parejas. Un/a alumno/a de cada pareja debe tumbarse sobre el papel, mientras que su pareja le dibuja la silueta. Una vez han terminado de dibujar las siluetas, deben ponerle el nombre del/de la alumno/a al que pertenece.

En esta silueta, escribirán en los lugares en los que corresponda aquellas cualidades que, desde su punto de vista, definen a sus compañeros/as (por ejemplo: inteligente se pondrá en la cabeza, mañoso en las manos, etc...). La idea es que todos los/as alumnos/as escriban una cualidad positiva a cada compañero/a. Cuando terminen podrán ver su silueta y reflexionar sobre si se corresponde con lo que ellos/as piensan de sí mismos/as.

La teoría de la identidad social plantea que por más compleja que sea la imagen que un individuo pueda tener de sí mismo en relación con el mundo físico y social que le rodea, algunos de los aspectos de esta idea autorreferente serán aportados por la pertenencia a ciertos grupos o categorías sociales, junto a la significación emocional y de valor que tiene para la persona dicha pertenencia<sup>3</sup>. Por ello es que el autoconcepto global tiene como componentes fundamentales la identidad personal y la identidad social.

### → Actividad 4: DINÁMICA DEL BUZÓN

Objetivos:

- Identificar nuestras fortalezas y debilidades.

Materiales:

- 2 buzones (cajas de cartón), lápices y folios.

Desarrollo:

El alumnado introducirá en un buzón una nota anónima donde recojan aquellos aspectos que consideren sus fortalezas y debilidades en relación a los siguientes contextos: colegio, familia y amigos/as.

Con esta actividad se pretende hacer hincapié en la importancia del concepto que tenemos de nosotros/as mismos/as y cómo se diferencia del concepto que tienen los demás.

En la siguiente sesión, referida a la comunicación, se llevará a cabo la apertura de este buzón de fortalezas y debilidades.

<sup>3</sup> Información obtenida de Tajfel, H. (1981). *Human Groups and Social Categories*. Cambridge: Cambridge University Press; Massenzana, F. B. (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios? *Revista de Investigación en Psicología Social*, 3(1), 39-52.

PRIMERA PARTE  
COMUNICACIÓN Y FAMILIA

SESIÓN 2  
¿De qué hablamos?

2.1. La comunicación en familia

## 2.1. La comunicación en familia

En la sesión anterior analizamos la importancia que tiene CONOCERSE A UNO/A MISMO/A, tanto para saber cuáles son nuestros aciertos como nuestros errores. Conociéndolos podemos decir a los demás lo que nos gusta y lo que no nos gusta.

En esta sesión vamos a viajar. Para ello, además de los preparativos del viaje, es muy importante que comuniquemos a las personas que nos acompañan lo que sentimos, al igual que debemos escuchar lo que nos dicen y cómo debemos responderles.

Lo que más nos interesa es que... Nuestros/as padres/madres deben saber que queremos ayudarles cuando nos necesiten, pero no nos apetece porque «estamos cansados/as, tenemos que estudiar, hacer deberes o, simplemente, porque creemos que eso no es cosa nuestra, es de los/as mayores».

También sabemos que nuestros/as padres/madres quieren ayudarnos, que nos entienden y que no siempre están disponibles.

### → Actividad 1. UNA METÁFORA COMO PRIMERA ACTIVIDAD: UN LARGO VIAJE

Pensemos en una familia de cuatro miembros. Deciden hacer un viaje y, cuando quedan dos semanas para irse, empiezan a preparar las maletas repartiéndose las cosas más necesarias. A veces, en los viajes surgen problemas y la familia tiene que actuar como si fuese un equipo, pensemos en ello. Recordad, el viaje puede ser en avión, barco, bicicleta, tren, etc.



#### Nota para educador/a

Propone a los/as asistentes que se agrupen de cuatro en cuatro. Que piensen en un viaje y, una vez puestos/as de acuerdo, dibuja en el encerado cuatro rectángulos (maletas) y les pide que ellos/ellas también lo hagan (se les reparten folios).

Una vez formados los grupos de cuatro personas, disponemos de dos alternativas:

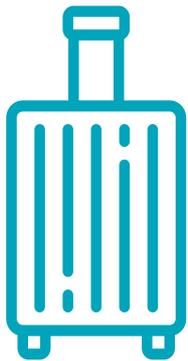
1. Dibujamos los cuatro modelos en el encerado. Ponemos los títulos a cada uno de ellos y dos o tres ejemplos en cada maleta. A continuación, les pedimos que escriban o nos digan lo que consideran que falta por poner. Al final les preguntamos por aquellas cosas que son importantes y necesarias, las que son importantes, pero se puede prescindir de ellas, y las que son innecesarias.
2. Les entregamos una fotocopia por grupo con las cuatro maletas y todos los accesorios escritos. Les preguntamos si falta algo y si es así que lo digan o escriban. Si algo sobra, deben eliminarlo.



**MALETA 1:** Color naranja  
«Para el viaje».

**Opción 1:** Comida. Higiene. Repuestos (si el viaje es en bicicleta).

**Opción 2:** Comida. Bebida. Repuestos y herramientas (en bicicleta). Ropa y calzado. Tienda y colchonetas. Utensilios para cocinar y comer. Cerillas, linterna, velas. Bolsas para la basura y la ropa sucia. Dinero.



**MALETA 2:** Color azul  
«Normas».

**Opción 1:** Reparto de tareas.

**Opción 2:** La hora de despertarse es... y la de acostarse es... Preparar el desayuno. Desayunar. Lavar las tazas y recoger todo. Asearse (lavarse, bañarse, etc.). ¿Qué haremos durante el descanso? ¿Cuándo repasaremos lo aprendido en la escuela? ¿Qué hacemos de comida? ¿Quién hace la compra? ¿Nos separamos para ver más cosas y luego nos lo contamos?



**MALETA 3:** Color amarillo  
«Los descansos».

**Opción 1:** Jugar (juegos inventados con lo que hay alrededor, videojuegos, móvil, etc.).

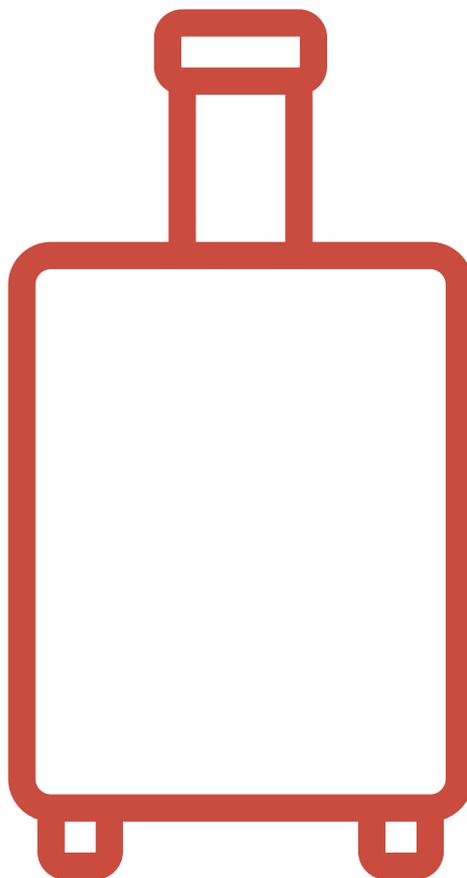
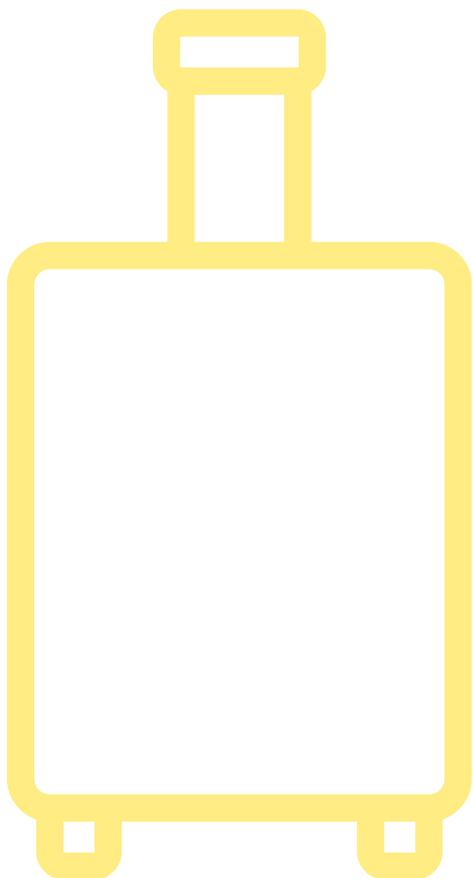
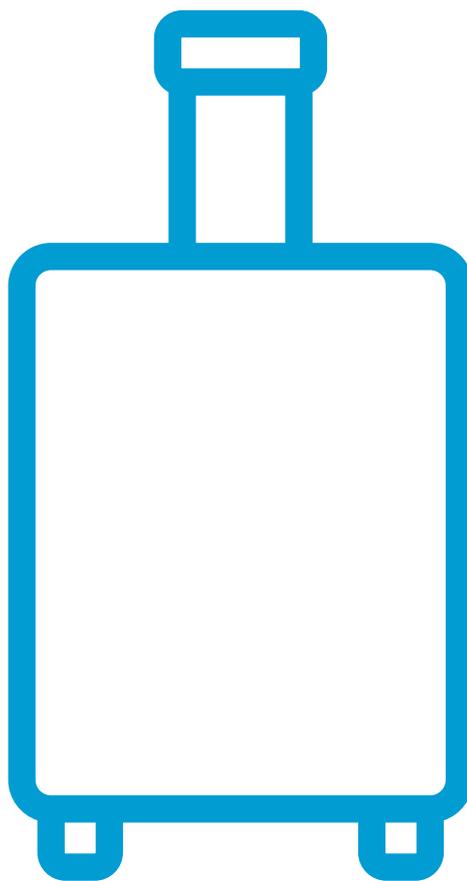
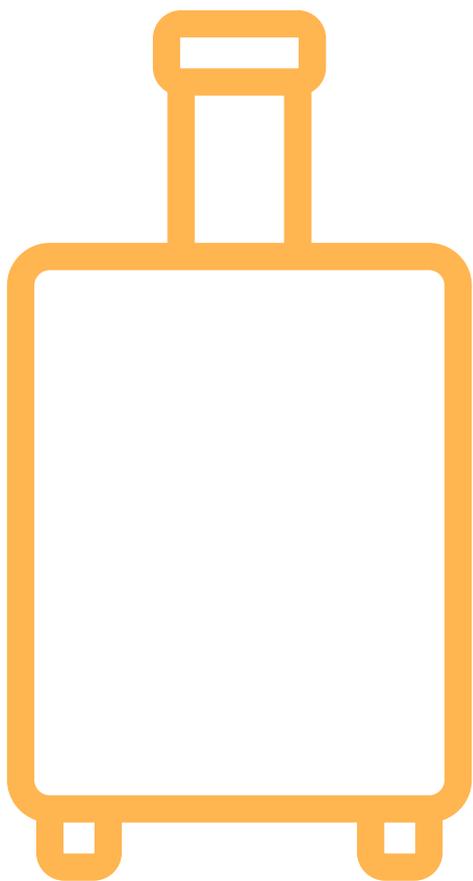
**Opción 2:** Jugar (juegos inventados con lo que hay alrededor, videojuegos, móvil, etc.). Escribir una postal a alguien (amistades, familiares, etc.). Enviar fotos y mensajes por WhatsApp. Dormir. Dibujar. Hacer planes para el viaje. Charlar sobre el viaje.



**MALETA 4:** Color rojo  
«Para comunicarse».

**Opción 1:** Saludar a las personas que pasan a nuestro lado. Preguntar. Pedir las cosas que se necesiten.

**Opción 2:** Al levantarse «buenos días». Al acostarse «buenas noches». Saludar a las personas que pasan a nuestro lado. Preguntar. Pedir las cosas que se necesiten. «¿Podemos parar, estoy cansado/a?». «No burlarse de los tropiezos de los/as demás». «No responder a los insultos con otro insulto». «Escuchar las peticiones de los/as demás».



## → Actividad 2. OTRA METÁFORA: LOS PETARDOS SON PELIGROSOS<sup>1</sup>



Los petardos contienen pólvora, poca, pero pólvora. Pueden ser peligrosos y hacernos daño a el/la y a los/as que están cerca.

A las palabras les ocurre algo parecido. Hacen daño y rompen la comunicación.

Veamos algunos de estos petardos.



### Nota para educador/a

Propone a los/as asistentes que se agrupen de cuatro en cuatro o que sigan con el mismo grupo inicial. Que continúen pensando en el viaje, pero centrándose en la maleta 4 «la comunicación».

Les entrega una copia con los petardos y el significado de cada uno de ellos y continúa el procedimiento siguiente.

**Primero:** Cada grupo tiene una copia con los petardos y su significado. Deben elegir a dos personajes que se comuniquen BIEN Y MAL. Pueden elegir entre varias opciones: padre-madre; padre-hijo/a; madre-hijo/a; alumno/a-profesor/a; profesor/a-profesor/a; hermano/a-hermano/a, etc. Una vez elegida la opción, deben elaborar un diálogo (10 minutos, 8 líneas) con al menos tres petardos. Finalmente, piden a dos voluntarios/as dentro del grupo que representen el diálogo elaborado.

**Segundo:** Si no hay voluntarios/as en algún grupo, se piden al gran grupo (dos de dos grupos) para que representen el diálogo elaborado y que el resto identifique los petardos del diálogo.

Alternativa:

Si no consiguiésemos voluntarios/as, el/la educador/a puede escenificar los siguientes diálogos:

<sup>1</sup> Actividad adaptada del trabajo de Cava, M. J., y Musitu, G. (2002). *La convivencia en la escuela. El Programa Convivir*. Barcelona: Paidós.

- Que alguien por la calle le pregunte ¿qué hora es? de buenas y malas maneras. Las respuestas irán en consonancia con las maneras de la pregunta. ¿QUÉ PETARDOS HAY AQUÍ?
- Un/a alumno/a hace una pregunta a un/a profesor/a y, dependiendo del modo de preguntar, este/a responde bien o mal. ¿QUÉ PETARDOS HAY AQUÍ?
- Vuestro padre o vuestra madre os pide que le ayudéis en una tarea (lo pide bien o mal) y le respondéis de acuerdo al tono de la petición. ¿QUÉ PETARDOS HAY AQUÍ?
- Vuestro hermano o hermana os pide (bien o mal) que le ayudéis con los deberes. Respondemos a la petición bien o mal. ¿QUÉ PETARDOS HAY AQUÍ?
- Un amigo o amiga de clase se burla de cómo vais vestidos/as. ¿Cómo respondemos? ¿QUÉ PETARDOS HAY AQUÍ?

**Tercero:** Iniciamos un debate, si es que ya no lo ha habido, sobre las consecuencias de este tipo de reacciones.

- Sobre las dificultades de comunicarse en ciertas condiciones: los petardos destruyen.
- Sobre responder de la misma forma que el petardo.
- La importancia de BUSCAR Y PERSEGUIR la tranquilidad.
- INTERRUMPIR lo mínimo.
- Expresar nuestra molestia sin caer en AMENAZAS, CULPAS, ACUSACIONES, etc.
- Ayudar no es «**decirle a otro/a lo que tiene que hacer**» o «**quitarle importancia al asunto**».
- Cuando alguien se queja de nosotros/as, le **escuchamos** y le **pedimos** que nos deje explicarnos, sin petardos.

**Cuarto:** ¿Podéis poner algún ejemplo de petardo que os haya sucedido?



**Nota para educador/a:**

- Debe procurar por todos los medios que la representación se lleve a cabo (la suya o la de los grupos).
- No forzar a nadie a hacer la representación (sortear si procede).
- Recoger los diálogos elaborados por los distintos grupos.



**AMENAZAR**



**CULPAR**



**RIDICULIZAR**



**SERMONEAR**



**JUZGAR**



**INSULTAR**



**IRONIZAR**



**CONSOLAR**



**INTERROGAR**



**DIRIGIR**

**AMENAZAR**

«Como no lo  
hagas...»

ADVERTIR

AVISAR

PREVENIR

**JUZGAR**

«Es intolerable...»

EVALUAR

**INTERROGAR**

«¿Por qué?,  
¿Cómo?»

EXAMINAR

INVESTIGAR

**CULPAR**

«Como no me  
haces caso...»

ACUSAR

CONDENAR

**INSULTAR**

«Es estúpido/a y  
egoísta...»

MENOSPRECIAR

**DIRIGIR**

«Lo que tienes  
que hacer es...»

MANDAR

ORDENAR

CONTROLAR

**RIDICULIZAR**

«Menuda  
estupidez...»

BURLARSE

SIN SENTIDO

**IRONIZAR**

«Tú no das para  
más...»

BURLA

**SERMONEAR**

«Yo, en tu lugar...»

REÑIR

**CONSOLAR**

«Ya se te pasará...»

NEGAR EL

PROBLEMA

TRANQUILIZAR

SEGUNDA PARTE  
IMPLICACIÓN FAMILIAR

SESIÓN 3

La relación con la escuela

3.1. ¿Qué son los hábitos de estudio?

## 3.1. ¿Qué son los hábitos de estudio?

En la sesión anterior realizamos un viaje en el que aprendimos, además de los preparativos del viaje, la importancia que tiene comunicar a las personas que nos acompañan lo que sentimos, al igual que debemos escuchar lo que nos dicen y cómo debemos responderles.

### AHORA VAMOS A HABLAR DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO.



#### Nota para educador/a

Propone a los/as asistentes una actividad basada en la lluvia de ideas.

#### → Actividad 1. EL LUGAR DE ESTUDIO

Cómo creen que debe ser su lugar de estudio. En grupos de 3 que lo hablen durante 5 minutos y lo comentamos y escribimos en la pizarra.



#### Nota para educador/a

Explica la importancia del lugar de estudio y de los factores ambientales y personales. A continuación, les plantea la siguiente pregunta:

— **¿Qué tenemos que cambiar para que nuestro lugar de estudio mejore?**

Escribe en la pizarra unos ejemplos seleccionados con las propuestas más representativas (por ejemplo, «la importancia de los distractores»).

#### → Actividad 2. LA PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO



#### Nota para educador/a

Expone, a modo de introducción, la importancia de la planificación y organización. **¿Qué sucede cuando tenemos que realizar varias tareas?**

Dinámica a seguir:

- Hacer un calendario semanal en el que dibujen las actividades extraescolares que realizan a lo largo del día, y comentar cuáles son las mejores horas para que estudien/repasen/hagan los deberes.
- Terminar el horario con sus familias (lo que hacen cuando no están en el colegio).

Materiales:

- Lápices. Folios. Pinturas. Tizas. Calendario fotocopiado.

### → Actividad 3. ¿CÓMO ESTUDIAMOS? SIGUE LA HISTORIA



#### Nota para educador/a

Empezamos nosotros a contar una historia sobre un/a niño/a que no estudiaba por culpa del WhatsApp... y tienen que continuar ellos/as uno/a a uno/a.

Dinámica a seguir:

Tras elegir el tema comenzamos una historia y, los/as demás, de forma consecutiva, la continúan. Cada miembro del grupo dispondrá de entre 30 segundos y 1 minuto para contar su parte de la historia y cada componente seguirá contando la historia desde el punto en el que el/la compañero/a la dejó. Así sucesivamente hasta que todos/as los/as miembros del grupo cuenten su parte de la historia.



#### Nota para educador/a

Anota, en un folio, los asuntos que vayan surgiendo relacionados con los distractores, para luego comentarlos y discutirlos en grupo.

### → Actividad 4. ¿CÓMO NOS ORGANIZAMOS? ORDENARSE POR EDADES

Dinámica:

- Todos en fila, adquieren el compromiso de no hablar mientras se explica la dinámica ni durante su ejecución, solo pueden hacer gestos.
- El objetivo del grupo es ordenarse por fechas de nacimiento por orden descendente, de mayor a menor, pero sin hablar.
- Finalmente, contrastaremos el orden sin hablar, con las fechas reales.

SEGUNDA PARTE  
IMPLICACIÓN FAMILIAR

SESIÓN 4  
El trabajo escolar en casa

4.1. Técnicas de estudio

## 4.1. Técnicas de estudio

En la sesión anterior comentamos las cosas que hacéis cuando os ponéis a estudiar. Cómo os organizáis y cómo resolvéis las situaciones en las que tenéis que hacer varias tareas. También hablamos de las situaciones que más nos distraen cuando estamos estudiando.

**Ahora vamos a presentar de algunas técnicas que nos ayudan a estudiar.**



### Nota para educador/a

Propone a los/as asistentes una actividad pensada para destacar el papel de la ATENCIÓN.

### → Actividad 1. PRESTAR ATENCIÓN. DINÁMICA DE CONTAR HASTA 10



### Nota para educador/a

En el portal EDUforics buscando «estrategias para mantener la atención» aparecen directrices interesantes.

Dinámica a seguir:

- Aunque pensamos que es muy fácil contar hasta 10, a veces no lo es tanto. Tenemos que intentar que la clase, sin acuerdo previo, intente decir los números de uno en uno hasta llegar a diez, sin repetir ninguno. Si se oye a dos personas decir el número a la vez, tendremos que volver a comenzar.
- Mantener la atención sobre algo es importante porque facilita el recuerdo y la localización de situaciones, contenidos, etc.
- Explicar que ATENDER NO ES FÁCIL. Cuánto estamos en el cine o viendo la tv en casa ¿cuánto tardamos en apartar la vista de la pantalla o empezamos a movernos en el asiento? ¡Y eso que estamos viendo una película! Imaginémonos en clase...

## → Actividad 2. LA MEMORIA. TÉCNICA DE LA CADENA



### Nota para educador/a

Para entrenar la memoria vamos a emplear **representaciones o imágenes para luego asociarlas**. Esas representaciones mentales se recuerdan tanto mejor cuanto más ORIGINAL es su realización (por ejemplo «cama y pescado»: te imaginas un pescado durmiendo en tu cama). **Es muy importante visualizar la imagen sin hacer comentarios.**

Dinámica a seguir.

**Primero:** Se debe asociar cada palabra con la siguiente mediante una imagen. Las palabras son:

1. Palmera
2. Cigüeña
3. Puerta
4. Helicóptero
5. Playa
6. Medalla
7. Libro
8. Bebé
9. Helado
10. Autobús

**Segundo:** Repasa tus imágenes una sola vez ordenadamente y pasa a la página siguiente.



### Nota para educador/a

Una vez el alumnado repase las imágenes debe pasar página y, sin mirar, escribir las imágenes mentales que formaron. Si no se acuerda de alguna puede echar un pequeño vistazo a la página anterior.

**Tercero:** Escribir las siguientes asociaciones de palabras: (1-2). (2-3). (3-4). (4-5). (5-6). (6-7). (7-8). (8-9). (9-10).

**Cuarto:** Una vez relacionadas, pasa la página y recuerda las palabras por orden. Escríbelas.

Materiales:

Lápices y folios.

Lista de palabras.

1. Palmera
2. Cigüeña
3. Puerta
4. Helicóptero
5. Playa
6. Medalla
7. Libro
8. Bebé
9. Helado
10. Autobús



Lista de asociaciones.  
¡Recuerda y escribe!

(1-2).

(2-3).

(3-4).

(4-5).

(5-6).

(6-7).

(7-8).

(8-9).

(9-10).

Recuerdo de palabras.  
¡Recuerda y escribe!

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

¡Para practicar en casa!





#### Nota para educador/a

Entregamos un cuento a cada alumno/a y establecemos la siguiente dinámica:

- Prelectura del cuento de forma individual.
- Dividir al gran grupo en equipos de 4 personas.
- Realizar las actividades que aparecen a continuación.

Documento: *Aprendo a estudiar. Cuadernillo 5. Aprendo a realizar esquemas y resúmenes.* (www.planetasaber.com).

### → Actividad 3. EL ESQUEMA



#### Nota para educador/a

¿Qué es un esquema?

Es una manera de ordenar lo más importante del texto en una serie de frases.

Los primeros pasos:

- El título del esquema es igual que el título del cuento.
- Subrayar o copiar las ideas más importantes.

¡ESCRÍBELAS EN UNA FRASE CORTA... ES EL ESQUEMA!

¿Cómo hacerlo?:

- Lo primero es una lectura atenta.
- Lo segundo es hacerse preguntas.
- Subrayar.
- Escribir notas.

Un ejemplo: «Érase una vez un padre que tenía tres hijos muy perezosos. Se puso enfermo y mandó llamar al notario para hacer testamento...»

Nota: «Padre hace testamento»

Esquema: «Un padre que va a hacer testamento para sus tres hijos».

### → Actividad 4. EL RESUMEN



#### Nota para educador/a

¿Qué es un resumen?

Es una reducción del cuento que nos facilita su comprensión.

Los pasos:

El esquema → El resumen

«Un padre que está enfermo, quiere hacer testamento para sus tres hijos perezosos».

# Los tres perezosos<sup>1</sup>

Érase una vez un padre que tenía tres hijos muy perezosos. Se puso enfermo y mandó llamar al notario para hacer testamento:

—Señor notario —le dijo— Lo único que tengo es un burro y quisiera que fuera para el más perezoso de mis hijos. Al poco tiempo el hombre murió y el notario viendo que pasaban los días sin que ninguno de los hijos le preguntara por el testamento, los mandó llamar para decirles:

—Sabéis que vuestro padre hizo testamento poco antes de morir. ¿Es que no tenéis ninguna curiosidad por saber lo que os ha dejado?

El notario leyó el testamento y a continuación les explicó:

—Ahora tengo que saber cuál de los tres es más perezoso.

Y dirigiéndose al hermano mayor le dijo:

—Empieza tú a darme pruebas de tu pereza.

—Yo, —contestó el mayor— no tengo ganas de contar nada.

—¡Habla y rápido! Si no quieres que te meta en la cárcel.

—Una vez —explicó el mayor— se me metió una brasa ardiendo dentro del zapato y aunque me estaba quemando me dio mucha pereza moverme, menos mal que unos amigos se dieron cuenta y la apagaron.

—Sí que eres perezoso —dijo el notario— yo habría dejado que te quemaras para saber cuánto tiempo aguantabas la brasa dentro del zapato.

A continuación, se volvió al segundo hermano:

—Es tu turno, cuéntanos algo.

— ¿A mí también me meterá en la cárcel si no hablo?

—Puedes estar seguro.

—Una vez me caí al mar y, aunque sé nadar, me entró tal pereza que no tenía ganas de mover los brazos ni las piernas. Menos mal que un barco de pescadores me recogió cuando ya estaba a punto de ahogarme.

—Otro perezoso —dijo el notario— yo te habría dejado en el agua hasta que hubieras hecho algún esfuerzo por salvarte.

—Por último, se dirigió al más pequeño de los tres hermanos:

—Te toca hablar, a ver qué pruebas nos das de tu pereza.

—Señor notario, a mí lléveme a la cárcel y quédese con el burro porque yo no tengo ninguna gana de hablar.

Y exclamó el notario:

—Para ti es el burro porque no hay duda que tú eres el más perezoso de los tres.

<sup>1</sup> Briz Hidalgo, F. J. (2015). *Cuentos populares españoles*. Ceuta: Publiceuta.

# implica2



EDU2015-66781-R



FONDO EUROPEO DE  
DESENVOLVEMENTO  
REGIONAL  
*"Unha maneira de facer Europa"*

