

CONSEJOS PARA AYUDAR A TUS HIJOS CON LOS DEBERES

Uno de los principales retos de la cuarentena es conseguir que los niños continúen con su rutina de estudio. Sin asistir a clase y estando todo el día en casa pueden perder la concentración y el ritmo que habían adoptado durante el curso.

Sin embargo, siguiendo algunos consejos y claves puedes lograr que hagan los deberes diariamente y que no pierdan de vista el curso académico.

Establecer un horario que se respete todos los días, construir un buen espacio de trabajo y buscar metas y objetivos son algunas de las recomendaciones que puedes poner en práctica para ayudar a tus hijos.

Pautas:

1. **Organiza un horario de trabajo:** Que los niños no vayan al colegio no quiere decir que no tengan que seguir un horario. El primer paso para conseguir que mantengan el ritmo escolar es organizando las horas de estudio. A ser posible, que sean muy similares a las que seguían antes de la cuarentena.

Hay que empezar la rutina desde por la mañana, justo después de desayunar, así durante la tarde se dispondrá de momentos de ocio que también son necesarios.

Si un niño se pone a hacer los deberes cada día a una hora distinta será mucho más fácil que pierda la concentración, y también que termine desmotivándose.

Hay que tener en cuenta la hora a la que se comienzan las tareas, también la hora a la que se van a dar por terminadas. Además, es recomendable establecer una lista de ejercicios o deberes que tiene que ir completándose a lo largo de todo el horario.

Es también importante que los padres estén disponibles en ese horario para resolver dudas o prestar apoyo a los niños.

2. **Encuentra una buena ubicación en casa:** No todos los lugares de casa son adecuados para el estudio. Hacer los deberes cerca de la televisión o en un dormitorio lleno de posibles distracciones puede no ser una buena idea. Esto no significa que se deba imponer la ubicación, de hecho es importante contar con las opiniones de los niños para que se encuentren cómodos.

Algunos niños rinden mejor en el escritorio de la habitación, otros en la mesa del comedor o de la cocina. Unos necesitan trabajar solos, y otros con sus padres cerca. Por lo tanto, lo más recomendable es llegar a un acuerdo para elegir el lugar idóneo.

El espacio de trabajo debe ser lo suficientemente despejado y grande como para que el alumno pueda desplegar todos sus materiales. Dependiendo de la edad del niño, también debe haber hueco para un ordenador portátil. Colocar un calendario es otra buena idea, ya que así se pueden organizar mejor las tareas semanales.

Una vez se haya escogido el lugar, es importante que se respete y que no haya cambios bruscos de un día para otro.

- 3. Busca incentivos y motivaciones:** Los niños mejoran su rendimiento cuando tienen metas y objetivos a corto y medio plazo. Esto cobra todavía más importancia si están en casa y no acuden al colegio.

El sistema de incentivos más simple es compensar al niño con una actividad divertida cada vez que termina una tarea. La lista de recompensas puede ser interminable: ver un programa de televisión, jugar un rato a la consola o hablar por teléfono con sus amigos. Lo importante es que el niño encuentre motivaciones para desarrollar correctamente su jornada de estudio.

Esperar algo positivo al terminar los deberes funciona como incentivo. Si los padres recuerdan esto a los niños antes de que empiecen a hacer los deberes, la motivación aumentará y completarán la jornada de forma más sencilla.

- 4. Establecer pequeños descansos:** Si no hay descansos la jornada puede hacerse especialmente larga, sobre todo si son niños muy pequeños que están empezando a estudiar.

Padres e hijos deben llegar a un acuerdo para organizar estos descansos, la duración de los mismos y la hora del día a la que se van a hacer. Algunos niños prefieren tomar descanso en base a ciertos intervalos de tiempo, por ejemplo uno cada 40 minutos. Otros niños rinde mejor si toman un descanso al terminar cada tarea.

Es importante acordar la duración de los descansos, y qué se va a hacer en ellos: tomar un aperitivo, leer un libro, ver la televisión o conversar con amigos o familiares.

- 5. Los padres deben implicarse en las tareas y servir de guía:** Al no contar con el apoyo de los profesores, los niños necesitan buscar guías y apoyos en casa. Es aquí donde los padres juegan un papel imprescindible.

No se trata de resolver todas las claves y hacer los deberes codo con codo, sino de proporcionar todo el material necesario, y ayudar a responder a las diferentes dudas y cuestiones que vayan surgiendo.

Cuando un niño hace una pregunta debe obtener una respuesta, de lo contrario podría desmotivarse y abandonar los deberes antes de haberlos acabado.

También hay que tener en cuenta los posibles servicios que ofrezca el centro de estudios de forma telemática. Algunos profesores tienen la disposición de dar clases por videollamada o ayudan a resolver dudas por teléfono. Siempre puedes recurrir a internet o a enciclopedias para responder a algunas preguntas.

Además, un padre o una madre que esté haciendo teletrabajo durante la cuarentena puedes servir de modelo para su hijo. Si el niño observa cómo sus padres trabajan y son productivos en casa terminará por imitarlos.

- 6. Localizar comportamientos problemáticos:** Los niños se distraen con facilidad, y al no estar bajo la tutela de los profesores y del colegio el nivel de concentración puede verse reducido.

Hay niños que tienden a posponer los deberes de forma indefinida, otros se quejan de la cantidad de tareas, y algunos tardan horas en terminar un ejercicio que debería llevar escasos minutos. En estos la familia debe identificar los problemas y llegar a un acuerdo con los hijos para buscar una solución.

Para identificar los comportamientos problemáticos se debe actuar de forma muy específica. La mayoría de estas actitudes se pueden ver u oír. Por ejemplo, quejas

expresadas en voz alta o una falta de disciplina a la hora de hacer los deberes. No se trata de castigar, sino de buscar una solución.

- 7. Mejor calidad que cantidad:** Aunque se debe seguir un horario lo más parecido posible al de antes de la cuarentena, la realidad es que resulta recomendable priorizar la calidad del estudio que la cantidad de tiempo empleado.

Esto también se aplica a los padres: ayudar a los hijos durante muchas horas no significa estar haciéndolo bien. Los padres finlandeses, donde el sistema educativo goza de gran prestigio, ayudan a sus hijos con los deberes durante 3 horas a la semana.

Es importante resolver dudas y echar una mano, pero resulta más recomendable proveer a los niños de todo el material posible para que alcancen las soluciones por sí mismos.

Otra cuestión ha tener en cuenta es recordar a los niños que el resultado final no es tan importante, recalcar que el proceso de aprendizaje es lo verdaderamente prioritario. No se trata de sacar mejor nota o de ser el alumno destacado de clase, sino de adquirir los conocimientos necesarios. Si el niño siente que está aprendiendo y que los deberes son útiles su rendimiento va a mejorar.