

LAS TAREAS ESCOLARES

Cómo motivar a su hijo(a)



Las tareas escolares pueden ser una herramienta importante para ayudar a los niños a repasar y practicar las destrezas aprendidas en la escuela y puede mejorar su aprendizaje. Además, las tareas escolares pueden ayudar a mejorar el crecimiento personal de los niños enseñándoles responsabilidad, hábitos de trabajo independiente, organización y manejo del tiempo. Sin embargo, cuando surgen problemas, las tareas escolares pueden alterar mucho la vida familiar creando un conflicto entre padres e hijos e interfiriendo con otras prioridades familiares importantes como la recreación y las actividades sociales. Uno de los problemas más comunes con las tareas escolares que reportan los padres, es la motivación deficiente, particularmente en las familias que tienen niños con trastornos de deficiencia de atención o aprendizaje. A los niños que se describen como

motivados para hacer las tareas escolares, las hacen ellos por si solos, las comienzan y las terminan a tiempo, participan activamente en la revisión, responden bien cuando les dicen que las corrijan, prestan atención mientras lo hacen y perseveran aún cuando la tarea se vuelve difícil. Cuando los niños muestran problemas en cualquiera de estas áreas de las tareas escolares, frecuentemente se describen como niños no-motivados. Los consejos que se dan a continuación son estrategias y técnicas específicas que los padres pueden usar para motivar a sus niños para que hagan sus tareas escolares de manera exitosa, a tiempo, y por si solos.

Consejo #1: Provea un área de trabajo bien iluminada y equipada con las cosas que necesitan

Usted puede apoyar los esfuerzos de su hijo(a) para hacer las tareas escolares, proveyéndole el espacio correcto para trabajar en casa. Una buena área de trabajo es donde haya espacio adecuado, que esté bien iluminada y que tenga los materiales necesarios (vea la lista que está a la derecha) y que esté relativamente libre de distracciones.

Consejo #2: Controle y limite las distracciones significativas

Algunos niños y adolescentes frecuentemente escogen hacer sus tareas escolares mientras escuchan la radio o ven televisión, diciendo que eso les ayuda a concentrarse. En muchas situaciones esto puede ser cierto. Sin embargo, ciertos tipos de ruido en ciertas situaciones puede distraerlos.

- Lápices/bolígrafos/marcadores
 - Sacapuntas
 - Borrador
 - Líquido corrector
 - Pegante/engrudo/cinta adhesiva
 - Papel rayado/para escribir
 - Fichas
 - Regla
 - Tijeras
 - Grapadora
 - Calculadora
 - Diccionario/tesauro
- Materiales para las tareas**

Las distracciones auditivas y visuales tienden a interferir más con las asignaciones difíciles que con las asignaciones fáciles y rutinarias. Además, los sonidos de fondo que son significativos, como la televisión, que alguien esté hablando y la música vocal, tienden a distraer más que la música instrumental u otro tipo de ruido de fondo no-vocal. Como regla general, usted debe tratar de controlar y limitar las distracciones significativas, como el teléfono, la televisión, la música vocal y las interrupciones de los demás durante el momento de hacer las tareas escolares, particularmente durante las asignaciones difíciles. No se preocupe tanto por el ruido

de fondo que no sea vocal, durante las asignaciones fáciles y rutinarias, si su hijo(a) está haciendo bien las tareas.

Consejo # 3: Ayude a su niño a desarrollar una programación diaria y semanal de las tareas escolares y las demás actividades

Uno de los beneficios de las tareas escolares es que pueden ayudar a los niños a desarrollar sus destrezas de organización y a manejar su tiempo. Las tareas escolares pueden interferir con actividades sociales y recreativas importantes si su hijo(a) no planea con anticipación. Enséñele a su hijo(a) cómo hacer programaciones tanto diarias como semanales de sus actividades (ver la figura que está más abajo). Todos los días, haga que su hijo(a) decida lo que necesita hacer ese día y cuándo lo va a hacer. Esto debe incluir un listado de todas las asignaciones de tareas escolares y otras actividades y responsabilidades. A menudo resulta una buena idea decidir con anticipación el orden de las asignaciones de las tareas escolares, ubicando las asignaciones más difíciles en medio de las asignaciones más fáciles. Al comienzo de la semana, resulta útil hacer una lista de todas las actividades para la semana siguiente. Esto le ayudará a su hijo(a) a planificar. Por ejemplo, si su hijo(a) tiene un examen de estudios sociales el día miércoles y necesita dos días para estudiar el tema, puede hacer un plan de traer su libro de estudios sociales a casa en las noches del lunes y el martes.

Cosas para hacer hoy	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
3:00-3:30 Merienda y ver televisión		Juego de béisbol	¡Examen de estudios sociales!!!	Entrega del informe de lectura	Examen de deletrear palabras		Fiesta en la alberca 4:00
3:30-4:30 Tareas escolares:		7:30	Lección de guitarra 5:00				
1. Lectura							
2. Hoja de trabajo de matemáticas							
3. Deletrear palabras							
4:30-5:00 Cenar							
5:00-6:30 Practicar béisbol							
6:30-7:30 Jugar afuera							
7:30-8:00 Practicar en instrumento							

Ejemplo de programación diaria y semanal

Consejo #4: Determine cuántas tareas escolares se esperan y con qué frecuencia

Para controlar de manera efectiva las tareas escolares de su hijo(a), usted necesita saber qué esperar. Revise con el profesor de su hijo(a) cuál es la política de la escuela para las tareas escolares y determine cuántas tareas escolares y con qué frecuencia se esperan para el grado en que se encuentra su hijo(a). Con base en las encuestas de estudiantes y profesores de todo el país, usted debe esperar que su hijo(a) tenga tareas escolares para hacer cada semana. Usted debe esperar que el número de noches y la cantidad de tareas escolares aumente a medida que su hijo(a) avance de la escuela elemental a la secundaria (ver la siguiente tabla). Si su hijo(a) está gastando más o menos tiempo del que se espera en las tareas escolares, consulte con su hijo(a) y con el profesor para ver por qué.

Cantidad y frecuencia de las tareas por grados		
Nivel	Cantidad	Noches por semana
3°-6° grado	30 a 45 minutos	3
7°-9° grado	45-75 minutos	4
10°-12° grado	75-120 minutos	4 o más

Consejo #5: No ayude a su hijo(a) a hacer las tareas escolares

Este consejo tiene que ver con el papel que usted tiene en las tareas escolares. La tendencia en las escuelas de hoy es que los padres se involucren en la educación de sus hijos. Sin embargo ¿Qué papel tiene usted en las tareas escolares de su hijo(a)? Una encuesta nacional sobre las

políticas de los distritos escolares mostró que las escuelas recomiendan con mayor frecuencia que los padres tengan un papel de apoyo en lugar de un papel de enseñanza. El propósito de la tarea escolar generalmente es darles a los estudiantes la oportunidad de practicar las destrezas que ya aprendieron en la escuela. No debe ser necesario que usted tenga que hacer de tutor de su hijo(a) o ayudarlo a hacer las tareas escolares. Ayudar a su hijo(a) a hacer las tareas puede aumentar su dependencia de usted. Su meta debe ser darle a su hijo(a) el apoyo que necesita para hacer las tareas escolares él mismo. Muchos de los consejos que se discuten en este folleto son sugerencias sobre cómo usted puede brindarle apoyo a su hijo(a).

Consejo #6: *Expresa apoyo y ánimo, evite las críticas y los castigos*

El enfoque general de usted hacia las tareas escolares de su hijo(a) debe ser positivo. Evite usar críticas o castigos para tratar de lograr que su hijo(a) haga las tareas escolares, estas estrategias funcionarán en contra de lo que usted está tratando de conseguir a largo plazo. Usted quiere que su hija asuma los retos nuevos con confianza en sus capacidades, que sienta que tiene el control del aprendizaje y que se sienta orgullosa de sus logros. Estas metas se logran expresándole apoyo y ánimo con el tiempo. Cuando surjan problemas, su trabajo debe ser entender el problema y proponer soluciones.

Consejo #7: *Elogie los esfuerzos y la independencia*

Los padres deben hacer un esfuerzo especial por darles a sus hijos elogios frecuentes por los esfuerzos de sus hijos en las tareas escolares y sus intentos de trabajar independientemente. Elogie el esfuerzo y la independencia, incluso si su hijo(a) no hace todo correcto la primera vez. Una regla general para usar los elogios es hacerlos con frecuencia, inmediatamente y con energía. Un elogio con energía es el que se da con un tono de voz caluroso e incluye una declaración que le hace saber a su hijo(a) qué es lo que le gustó de lo que hizo. Por ejemplo: *“Realmente me gusta que hayas trabajado duro en tus tareas escolares esta noche. Y que lo hiciste tú solo. Me siento muy orgulloso de tí”*. Los elogios frecuentes que se relacionan directamente con el esfuerzo y la independencia de su hijo(a) puede producirle emociones positivas, confianza y un mayor sentido de control sobre el aprendizaje. Cuando esto pasa, es probable que los niños realicen el esfuerzo independientemente y que sean persistentes ante los nuevos retos del aprendizaje.

Consejo #8: *Vigile las tareas escolares diarias de su hijo(a)*

Una de las formas en que usted puede comunicarle a su hijo(a) que las tareas escolares son importantes es preguntándole por ellas todos los días. Puede ser necesario que usted revise las asignaciones con su hijo(a) antes de que él las inicie para asegurarse de que entiende lo que se supone que debe hacer; sin embargo, usted no debe sentarse con él ni ayudarlo con toda la asignación.

Consejo #9: *Revise las tareas escolares que su hijo(a) ha terminado para ver la pulcritud y la precisión, y para hacerle observaciones*

Cuando esté terminada la asignación, revísela para ver la pulcritud y la precisión. El trabajo desordenado hay que hacerlo nuevamente. Si encuentra errores, haga que su hijo(a) los corrija. A los niños más pequeños, muéstreles qué elementos son incorrectos y haga que los corrijan ellos mismos. A medida que crezcan, usted puede darles observaciones más generales. Por ejemplo, usted puede decirle cuántos errores encontró en una página o en un conjunto de elementos, sin decirle cuáles fueron y hacer que los encuentre y los corrija por sí misma. Esto le dará práctica a su niño(a) en corrección de un texto y revisión.

Consejo #10: *Comuníquese con el profesor*

Las tareas escolares son un trabajo en sociedad entre la escuela y el hogar, diseñado para mejorar el aprendizaje de su hijo(a). No tema contactar al profesor de su hijo(a) cuando ocurran problemas. Considere hablar con el profesor cuando ocurra alguno de los siguientes casos:

- **Cuando su hijo(a) tiene muy pocas tareas escolares.** ¿Es porque el profesor no le está asignando tareas escolares o es que su hijo(a) no le está reportando las asignaciones a usted?
- **Cuando su hijo(a) no recuerda las asignaciones o no trae los libros o materiales a casa.** Cuando esto pasa, es posible que sea necesario que usted haga que su hijo(a) y el profesor usen un diario de tareas escolares o fichas para llevar un seguimiento de las asignaciones (vea el ejemplo que está a continuación).
- **Cuando su hijo(a) no sabe cómo hacer las asignaciones de las tareas escolares.** Las tareas escolares se deben centrar en las destrezas simples y en la integración de las destrezas que el estudiante ya posee. Las tareas escolares no se deben usar para enseñar destrezas complejas. Cuando su hijo(a) tiene problemas para entender como hacer una asignación, puede ser que la asignación requiere destrezas que su hijo(a) aún no ha llegado a dominar. Esto también podría indicar que su hijo(a) está teniendo problemas en clases, como los problemas de prestar atención o de aprender una destreza en particular.

Registro de las tareas escolares		
NOMBRE: _____		FECHA: _____
<i>Materia</i>	<i>Asignación</i>	<i>Firma del profesor</i>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

- **Cuando su hijo(a) está pasando demasiado tiempo en hacer las tareas escolares.** Tener demasiadas tareas escolares puede desalentar a su hijo(a) e interferir con otras prioridades de la familia, como la recreación, las actividades sociales y las relaciones entre padres e hijos. Si su hijo(a) constantemente pasa demasiado tiempo para hacer las tareas escolares, revise y mire si está trayendo a casa el trabajo que debe realizar durante las horas de la escuela. Esto puede indicar que hay un problema con el rendimiento de su hijo(a) en clases. Como regla general, el trabajo en clases se debe hacer en clases. Si su hijo(a) constantemente no logra hacer el trabajo en clase, es posible que la escuela necesite hacer modificaciones en el salón de clases u otros servicios para manejar el problema. Si su hijo(a) está haciendo buen uso del tiempo mientras hace las tareas escolares y es capaz de terminar el trabajo de manera exitosa, pero le toma más tiempo del que espera el profesor, pídale al profesor que considere reducir la carga de trabajo.

Consejo #11: *Use una estrategia de fijar metas*

Fijar metas es una estrategia muy útil para mejorar el rendimiento y la independencia en las tareas escolares; mejora la motivación ayudándole a su hijo(a) a manejar sus propias tareas escolares, le brinda observaciones inmediatas y le recompensa por el logro de metas. Fijar las metas incluye los siguientes pasos:

- **Divida las asignaciones de las tareas escolares diarias en metas más pequeñas.** Trabaje junto con su hijo(a) para dividir la asignación de tareas escolares de la noche en varias metas específicas y más pequeñas. Las metas deben ser retadoras pero alcanzables y deben incluir la cantidad que se va a terminar, un límite de tiempo para terminarlas y una tasa de precisión. Por ejemplo, 10 problemas se deben hacer en 10 minutos con una precisión del 80%.
- **Use un temporizador.** Use el medidor de tiempo de la cocina para ayudarle a su hijo(a) a controlar el tiempo transcurrido. Ponga el temporizador de regreso al inicio para cada meta.
- **Limite las solicitudes de ayuda.** Para animar a su hijo(a) a trabajar independientemente en sus tareas escolares, antes del periodo de cada meta, dígame que sólo puede pedir ayuda una vez durante ese periodo.
- **Registre cada meta lograda en una tabla.** Haga que su hija evalúe si ha logrado la meta fijada y que lo confirme ella misma. Registre esto en una hoja de trabajo. Registre el porcentaje de metas logradas en un cuadro semanal. Las partes incompletas o imprecisas de cada meta se pueden incorporar a la siguiente meta.
- **Fije metas diarias y semanales.** Las metas diarias y semanales se deben fijar en un nivel que represente una mejoría hacia la meta final deseada. Es importante que inicialmente se fije una meta en un nivel que sea alcanzable para su hijo(a). Si se fija una meta demasiado alta, su hijo(a) puede percibir que no se puede lograr y, por consiguiente, no pondrá sus esfuerzos. Es importante que su hijo(a) experimente las recompensas desde el inicio del programa. La mejor forma de establecer la meta inicial es fijarla levemente por encima del nivel de rendimiento de su hijo(a) antes de iniciar el programa. Las metas se pueden ajustar gradualmente para avanzar con base en el rendimiento del día o la semana anterior.

Muestra de la hoja de trabajo para fijar las metas

Número	Meta	Tiempo para hacerlo	¿Se logró la meta?
1	Resolver 10 problemas de matemáticas	10 minutos	Sí
2	Resolver 10 problemas de matemáticas	10 minutos	Sí
3	Leer 4 páginas de estudios sociales	10 minutos	No
4	Leer 2 páginas de estudios sociales y deletrear palabras dos veces	10 minutos	Sí

Número total de metas fijadas: **4**

Número de metas logradas: **3**

Porcentaje de metas logradas (metas logradas/metas fijadas): **75%**

- **Elogie el logro de las metas.** Use siempre un elogio inmediato y con energía para cada meta lograda y por el esfuerzo que su hija está haciendo en sus trabajos.
- **Anime a su hijo(a) a que se dé apoyo él mismo.** Anime a su hijo(a) a usar afirmaciones positivas de él mismo por su progreso, como “Hice un gran trabajo”.
- **Cree un menú de recompensas diarias y semanales.** Trabaje con su hijo para hacer un menú de recompensas diarias (por ejemplo: juguetes pequeños, poder acostarse 15 minutos más tarde, meriendas especiales, jugar con el papá/mamá, etc.) y recompensas semanales (por ejemplo: ir a cine, ir a la heladería, decirle a un amigo que venga a pasar la noche en casa, ir a un parque, etc.). Se deben rotar continuamente recompensas nuevas en los menús

de recompensas para que sigan siendo significativas. Algo que puede ser significativo para un niño en una semana, puede serlo menos en la semana siguiente.

- **Déle recompensas diarias y semanales por las metas logradas.** Asegúrese de darle constantemente las recompensas prometidas cuando su hija logre las metas diarias y semanales.

Consejo #12: Modele el aprendizaje

La mayoría de los niños y adolescentes adoptan los valores de sus padres. Muéstreles a sus hijos que usted valora el aprendizaje haciendo actividades educativas en su presencia. Déjelos que lo vean a usted leyendo, tenga materiales de lectura disponibles en casa, hable con ellos sobre los hechos de actualidad, llévelos con usted a la biblioteca.



Centro Para El Padre Efectivo
Centro en Little Rock: (501) 364-7580
Centro el noroeste de Arkansas: (479) 751-6166

Para encontrar recursos adicionales, visite nuestro sitio Web:

www.parenting-ed.org

El *Center for Effective Parenting* (Centro Para El Padre Efectivo) es un proyecto de colaboración entre el *Jones Center for Families*, la Universidad de Ciencias Médicas de Arkansas/Departamento de Pediatría y el Hospital Infantil de Arkansas. El *Center for Effective Parenting* presta servicios como Centro de recursos e información para padres del estado de Arkansas (PIRC), con el apoyo del Departamento de Educación de los Estados Unidos (Concesión #84.310A)

Esta publicación ha sido producida y/o distribuida, total o parcialmente, con fondos del Departamento de Educación de los Estados Unidos, Oficina de innovación y mejoramiento, programa del Centro de recursos e información para padres, bajo la Concesión #84.310A. El contenido de este documento no refleja necesariamente los puntos de vista del Departamento de Educación ni de ninguna otra agencia del gobierno de los Estados Unidos o de alguna otra fuente.