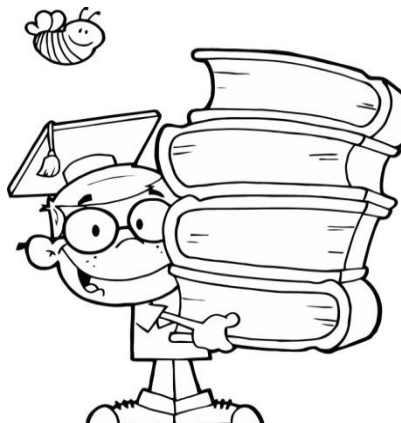


## Recomendaciones para ayudar a los niños a estudiar en verano

Sin duda los meses de verano, son los más esperados por los niños durante todo el año, las vacaciones favorecen que los chavales puedan realizar un sinfín de actividades divertidas tanto en casa como al aire libre, ya que se dispone de mucho más tiempo que durante el resto del año.



Las vacaciones son un periodo de descanso por excelencia, pero esto no significa que nuestros hijos deban dejar los “libros” a un lado, al contrario es un momento idóneo para organizar el estudio de manera diferente y que este forme parte de su día a día al igual que las actividades lúdicas. Es importante que los niños no pierdan el hábito de trabajar cada día un poquito, de esta manera conseguiremos, no sólo organizar su tiempo y establecer rutinas, sino también que la vuelta al cole sea mucho más agradable y llevadera.

A continuación os exponemos una serie de consejos prácticos para que “la misión de estudiar” en verano resulte lo más agradable y efectiva posible.

- **Marcar un horario fijo para estudiar siempre a la misma hora.** Las horas de estudio se

propondrán en función del rendimiento obtenido en el curso anterior. Si el resultado ha sido bueno, debemos centrarnos en proponer al niño que repase de manera general cada una de las materias que ha dado. Si ha habido dificultades con alguna asignatura en concreto, incidiremos en reforzar aquellas donde necesite un mayor repaso. Si ha suspendido alguna asignatura o varias

nuestro plan de estudio se centrará en conseguir superarlas en los próximos exámenes de recuperación.

Para lo más pequeños recomendamos de **30 minutos a una hora al día** de trabajo. A partir de los 6/8 años exigiremos un poquito más de tiempo y para los niños de mayor edad podemos llegar a las **2 horas de estudio y repaso**, en este caso podemos repartir las horas de estudio mañana y tarde.

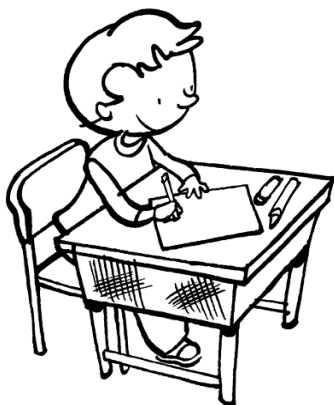


**HORARIO DE ESTUDIO**

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

Debemos ser **responsables** pero también **flexibles**, aplicaremos nuestro plan de estudio durante la semana, de lunes a viernes, dejaremos los fines de semana libres y excepcionalmente cuando se organice algún viaje familiar, salidas, etc.

- **Realizar una planificación** de las materias que debe estudiar o repasar. Comenzaremos siempre por las asignaturas que para el niño tengan dificultad media, después estudiaremos las asignaturas de mayor dificultad y para terminar aquellas que les resulten más fáciles o le gusten más. De este modo facilitaremos la asimilación de los contenidos y favoreceremos su aprendizaje.
- **Elegir un lugar adecuado de la casa** para que el niño haga de él su “**rincón de estudio**”, un lugar bien iluminado, con buena ventilación y lo más alejado posible de los ruidos o posibles distracciones, (trasiego de gente, televisión, radio, etc.)
- Se recomienda que el niño pueda estudiar en una **mesa y una silla cómodas** donde pueda mantener una postura adecuada, formando un ángulo de 90º, llegando sus pies al suelo.



- **Favorecer el descanso**, es fundamental que el niño descanse para mejorar su rendimiento. En verano nos levantamos más tarde de lo habitual, aun así es importante que se mantengan unas pautas de sueño ordenadas, respetando un mínimo de 9/10 horas por la noche y un ratito de siesta después de comer pues los días son muy largos y cargados de actividad.

- **Introducir apoyo escolar** si es necesario, profesor particular, refuerzo en academias, etc.