



## Estrategias para fomentar la autonomía y el aprendizaje de los hijos

Ps. Lorena Haemmerli W.

### I. ¿Por qué nos está costando tanto que hagan las tareas o actividades?

#### Factores contextuales:

- Cambios en la rutina → papás en la casa
- No hay asistencia al colegio → profesores estructuran la vida escolar del niño, aún en la casa su influencia regula.
- Percepción de estar de “vacaciones”.
- Adaptarse a los cambios toma tiempo... aprender a aprender en estos tiempos.



#### Factores emocionales:

- Tono emocional afecta el aprendizaje: un niño angustiado, triste con miedo no puede aprender → interferencia
- La cognición y la afectividad van de la mano
- Responsabilidad de contener

#### Factores individuales/del desarrollo:

- Etapa evolutiva en que se encuentran los niños.
- Período pre-operacional (2-7)
- Período operaciones concretas (7-12)
- Período operaciones formales (13 en adelante)

#### Período pre-operacional (2-7):

Egocentrismo: solo ven su punto de vista.

Relaciones intuitivas entre causa y efecto.

Dificultad para postergar el placer por los deberes, muy difícil hacer las tareas si estas no son de su interés.

Necesidad constante de los padres, supervisión, ayuda y explicación de la tarea... acompañarlos.

Padres autoritativos y cariñosos fomentan el desempeño escolar: importante dar instrucciones claras de la mano con mostrar afecto y disponibilidad.

- En esta etapa los niños aprenden a través de refuerzos positivos, como el reconocimiento, felicitación, premios.
- No amenazar con castigos → el aprendizaje se vuelve “castigo”.
- Comentar en familia sobre los que vio en la clase: que ¿hiciste hoy?, ¿qué te gustó?, ¿qué aprendiste?
- Utilizar un calendario de estrellitas, horario que estructure las rutinas: los niños necesitan ver en forma concreta lo que deben hacer.



### Período operaciones concretas (7-12)

- Aparición del pensamiento lógico, mayor capacidad de reflexionar sobre sus conductas y las consecuencias de estas. “si no hago la tarea, esto traerá una consecuencia negativa”
- Pensamiento concreto: necesitan ver las cosas para entender.
- Muy difícil postergar el placer por el deber, centrados en el aquí y el ahora.
- La motivación es principalmente externa.
- Fomentar la motivación por aprender, conversar en familia sobre temas del colegio, investigar sobre algo juntos “divertirse”.
- Es importante fomentarla a través de refuerzos positivos. Felicitaciones, cumplidos, hora de juegos, elegir película etc.
- Formen un horario y establezcan normas, ojalá que sea físico y visible.
- Sistema de puntos, estrellitas: aunque algunos deberes no sean divertidos hay que hacerlos, fomentar la postergación del placer y que esto tenga una recompensa.



**Período operaciones formales (13 en adelante)**

- Capacidad de abstracción, poder pensar sobre lo que no se ve.
- Pensamiento hipotético: y si...
- Mayor postergación del placer... beneficios futuros y posibilidades de acción.
- Aumenta la motivación intrínseca por el aprendizaje
- Mayor capacidad de autorregulación, toma de decisiones responsable, asumiendo las consecuencias y pudiendo analizar la situación.
- Es impórtate fomentar la autonomía, a la vez mostrarse disponibles a poder conversar dudas y ofrecer ayuda.
- Es fundamental que no se sientan solos...
- Ayudar a establecer un horario en conjunto que permita formar rutina, evita la acumulación y sentimientos de desesperación los cuales pueden llevar al bloqueo y paralizar.



**ESTRATEGIAS**

**1. Estrategias: entre 4 a 7 años**

**Uso de carteles o dibujos: concreto**



guiainfantil.com

	Deberes	Comidas	Colegio	Higiene	Habitación
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
FIN DE SEMANA					

### Tabla semanal de incentivos

para Bebés	1	2	3	4	5	6	7
Esta semana haré...	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Recoger los juguetes			★				
Hacerme la cacha							
Lavarme los dientes		★					
Comer solo							
Poner la mesa			★				
Mi meta esta semana es conseguir _____	15	★					
Mi recompensa será _____							Paseo en bici por el parque

### HORARIO CUARENTENA

9:00 ¡Nos levantamos!

9:00-9:30 DESAYUNO EN FAMILIA

9:30-12:00 Trabajo cole

12:00-12:30 KIT KAT

12:30-13:30 RECOGEMOS MATERIAL Y ORDENAMOS

13:30-14:30 Cocinamos en familia

14:30-15:30 Almorzamos juntos y recogemos cocina.

15:30-17:00 Descanso y juego libre.

17:00-18:00 Pilates - Yoga

18:00-18:30 MERIENDA

18:30-19:30 Ballet virtual con academia Carmen

19:30-21:00 Ducha y cena.

21:00-21:30 Charla y juegos de mesa.

21:30-22:00 Lavar dientes, REZAR y...  
¡A DORMIR!

## 2. Estrategias para niños de 7 a 12 años: Horarios e imágenes. Usar reforzadores de las conductas.

### HORARIO EN CASA

9:00 DESAYUNO Y DIABLOS

10:00 TRABAJO COLE

11:00 ESCUCHAR INGLES

11:15 JUGAR

12:00 MERIENDA

12:15 DIBUJAR

13:00 LEER

13:15 AYUDAR A MAMÁ

14:00 COMER POP

15:00 VER UNA PELI

16:30 HACER DEPORTE

17:30 MERIENDA

18:00 JUGAR Y MANUALIDADES

20:00 DUCHA

20:30 RECOGER

21:00 CENA

22:00 ¡A DORMIR!

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
9:00-10:30	Matemáticas		Música		Cs. sociales		
10:30-12:00		Lenguaje		Inglés			
12:00-13:30	Tecnología		Consejo de curso				
almuerzo							
15:00-16:00	Tareas	Tareas	Lectura libro	Tareas	Lectura libro		
libre							

Horario de estudio

itinerario educativo®  
ORIENTACION ACADÉMICA EN MADRID

**Reforzadores:**

**Privilegios:**

- Jugar 1 hora de play
- Usar la pantalla
- Ver una película en familia
- Salir a andar en bicicleta
- Elegir almuerzo (fds)
- Elegir un juego (uno, Catán Dixit, etc)

**planilla de TAREAS FAMILIARES**  
guía familiar para mantener a mamá feliz



Semanal				Cada 15 días			
Día	Tarea	Responsable	Listo	Día	Tarea	Responsable	Listo

**3. Estrategias para adolescentes entre 13 y 18 años: horarios, calendarios, metas...**



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
9:00-10:30	Matemáticas	Lenguaje	Música	Matemática	Biología/química		
10:30-12:00	Lenguaje	Historia	Electivo 2	Inglés	Inglés		
12:00-13:30	Tecnología	Electivo 1	Consejo de curso		Lenguaje		
almuerzo							
15:00-16:00	Tareas	Tareas	Lectura libro	Tareas	Lectura libro		
preu							

## Horario de estudio

itinerarios **educativos**  
ORIENTACIÓN ACADÉMICA EN MADRID

Diciembre 2019  
Lu Ma Mi Ju Vi Sa Do  
1  
2 3 4 5 6 7 8  
9 10 11 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22  
23 24 25 26 27 28 29  
30 31

Mayo 2020

Febrero 2020  
Lu Ma Mi Ju Vi Sa Do  
1 2  
3 4 5 6 7 8 9  
10 11 12 13 14 15 16  
17 18 19 20 21 22 23  
24 25 26 27 28 29

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7 Entrega informe	8	9 Guía matemática	10	11	12
13	14	15	16 Lectura libro	17	18	19
20	21 Oral de inglés	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

7calendar.com

## Links

### Yoga para niños:

- <https://eacnur.org/blog/beneficios-del-yoga-ninos/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ&feature=youtu.be>
- <https://youtu.be/4hgMlBtxilM>

### Técnicas para fomentar el autocontrol:

<https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20150518/abci-autocontrol-infancia-tecnicas-201505061708.html>

### Entretenimiento:

[https://www.canva.com/es\\_mx/aprende/conoce-virtualmente-36-museos-y-lugares-increibles/](https://www.canva.com/es_mx/aprende/conoce-virtualmente-36-museos-y-lugares-increibles/)

<http://www.usal.edu.ar/sites/all/themes/agrov/archivos/agendabest.pdf>

<https://polinenlacocina.cl/>

<https://www.instagram.com/virginiademariarecetas/?igshid=u0vd5tmx7bsq>