

# RUTINAS DE ESTUDIO

Una alternativa para la gestión de los aprendizajes

Ideas para  
**inspirar**  
Rosa Chaurra



# Consideraciones para el uso de algunas técnicas de estudio

## Gestionar el tiempo para los aprendizajes en casa



# Rutinas de ESTUDIO EN CASA (Tiempo para los aprendizajes)



# Tips para optimizar y organizar el tiempo de estudio

1. Autodisciplina
2. Horarios (cronograma de estudio o agenda)
3. Establecer prioridades
4. Establecer objetivos y metas
5. Probar diferentes técnicas de estudio
6. No saturarse de trabajo
7. Realizar pausas activas
8. Ordenar un lugar de estudio (iluminación, ventilación, comodidad)
9. Usar organizadores visuales (calendarios, cronogramas, pizarras, corchos, entre otros)
10. Evitar asociar el estudio como castigo
11. Incorporar la rutina de estudio a la dinámica familiar



# Técnicas y registros para la gestión de los aprendizajes.

1. Lo importante y lo urgente.
2. Organizador de rutinas
3. Calendario académico
4. Actividades que contribuyen al desarrollo de habilidades para la escritura



# 1. Técnica lo importante y lo urgente (Cuadrante de Corvey)

	URGENTE	NO URGENTE
IMPORTANTE	<b>HACER</b> Hacerlo ahora	<b>DECIDIR</b> Destinar hora para hacer las tareas
NO IMPORTANTE	<b>DELEGAR</b> ¿Quién puede hacerlo por ti?	<b>ELIMINAR</b> Borrar estas tareas por completo

## IMPORTANTE

1. Establecer y comunicar rutinas y procedimientos de estudio y cumplimiento de obligaciones.
2. Diseño de comunicación con padres y docentes.
3. Diseño y envío oportuno de materiales y actividades.

## URGENTE

- 1.1 Asistir a clases
- 1.2 Interiorizar los acuerdos de clase
- 1.3 Comprender las rubricas de evalaución
- 1.4 Dar cuenta a los docentes de los aprendizajes realizando las actividades asignadas

**Una actividad importante que se desarrolla con oportunidad y eficiencia, nos ahorra más de tres o cuatro actividades que se vuelven urgentes**

# Identifique lo urgente y lo importante

- ▶ Esta técnica le facilita la organización del tiempo.
- ▶ Practíquela cotidianamente y adquiera el hábito.
- ▶ Para adquirir el hábito conecte el conocimiento , la habilidad y el deseo.
- ▶ Organice lo importante con base en principios.
- ▶ Los principios son la realidad actual de las cosas, universales y obedecen a leyes naturales.

**¡Evite que lo importante se vuelva urgente!**

## 2. Organizador de rutinas

1. Por las mañanas ¿Que rutinas realizas?

2. Por las tardes ¿Que rutinas realizas?

3. Por las noches ¿Que rutinas realizas?

4. ¿Que otras rutinas realizas solo (a) o con tus padres?

Marca con una X ¿Cuales de las siguientes rutinas diarias, piensas que SI las tienes en tu hogar? \*

- Hora de lectura
- Tiempo para el artes
- Tiempo para estudiar, hacer tareas o aprender algo
- Tiempo para hacer una actividad que te guste como (leer, escuchar música, practicar un deporte, etc)
- Horarios para comer
- Horarios de aseo personal
- Tiempo para orar o reflexionar en familia
- Tiempo para aprender cosas curiosas
- Tiempo para compartir y hablar sobre el día con la familia
- Tiempo para el ocio
- Tiempo para recrearse
- Tiempo para descansar
- Tiempo para ayudar en las tareas del hogar

### ¿Qué es un organizador de rutinas?

El organizador de rutinas es un recurso que sirve para planear las actividades diarias, distribuir el tiempo y darle espacio a todas las experiencias que se quieran lograr durante el día. Este organizador de rutinas es una invitación a las maestras, maestros y familias a reflexionar en torno a cómo la vida cotidiana se organiza a partir de prácticas como: los hábitos, las costumbres, las actividades familiares, el tiempo, el espacio y los recursos con los que contamos.

Las rutinas se constituyen un marco de referencia que apoya los sucesos diarios de las personas. Se configuran mediante la secuencia de acontecimientos que define el uso del espacio y las maneras en las que interactúan las niñas, los niños y los adultos durante el tiempo que pasan juntos. La manera cómo se organizan expresan el tipo de relaciones que se quieren configurar, el rol de todos los actores, así como su apertura frente a las situaciones inesperadas que se presentan, la manera en qué se promueve el desarrollo de la autonomía y la participación de las niñas y los niños en la cotidianidad. (Molano y Suárez 2016)



## ¿Para qué sirve un organizador de rutinas?

A través de las rutinas se promueve la autonomía, la participación, la toma de decisiones, la planeación por parte de las niñas y los niños, así como se crea un ambiente seguridad y confianza que promueve su bienestar y desarrollo. La rutina facilita a través de su organización secuencial, un apoyo para el tipo de interacciones que los adultos establecen con las niñas y los niños; estas también permiten materializar la concepción de niñas y niños como sujetos activos en su propio desarrollo y aprendizaje, al promover la construcción de su identidad, independencia y una actitud de colaboración y solidaridad con quienes comparte el espacio y el tiempo

Esta guía hace una invitación a las familias para que, a través de una herramienta como el tablero organizador, puedan identificar el valor de la vida cotidiana y de las diversas actividades que se pueden llevar a cabo y que contribuyen a



# 3. Calendario académico

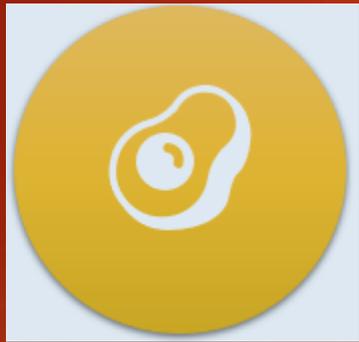
## PASOS PARA PROGRAMAR LAS ACTIVIDADES ACADEMICAS CADA CICLO:

Cada mes programa las actividades académicas que debes realizar. Para ello, colorea los recuadros del calendario, según el siguiente código de colores. Si necesitas agregar actividades que no están anotadas, asígnales un color diferente a los que aquí aparecen. Organiza en tu alcoba un calendario académico.



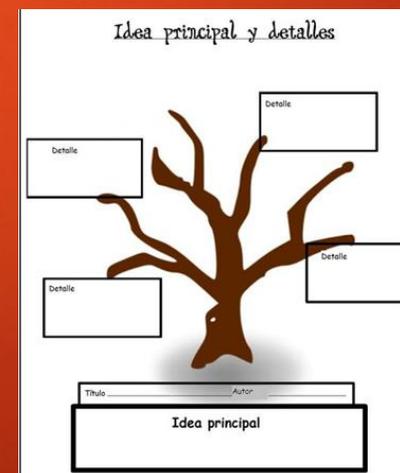
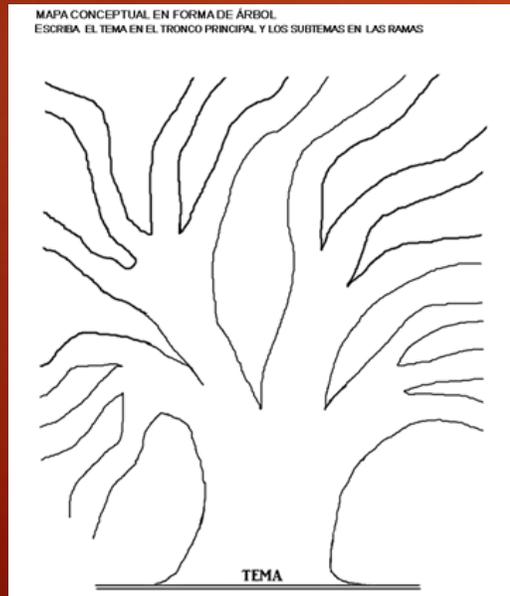
<b>AZUL</b>	<b>Solución de inquietudes y dudas con profesores</b>
<b>VERDE</b>	Actividades y tareas de ciencias
<b>AMARILLO</b>	Actividades y tareas de matemáticas y español
<b>ROJO</b>	Actividades y tareas de artística...etc
<b>MORADO</b>	Pruebas de período

# 4. Actividades que contribuyen al desarrollo de habilidades para la escritura



A los estudiantes se les sugiere el uso de algunas técnicas que amplían la comprensión frente a lo que leen:

- **Subrayar palabras, frases o párrafos**, que organizan o sintetizan las ideas del autor del texto. Son marcas que luego nos permiten recordar de que trataba lo que estábamos leyendo.
- **Usar estiques de colores en las paginas o párrafos**, para recordar ideas, frases importantes o conceptos importantes trabajados por el autor.
- **Uso de algunos organizadores gráficos** para esquematizar mis comprensiones:



Título de la noticia	
¿De qué se trata la noticia?	¿Dónde sucedió?
¿Cómo sucedió?	
Yo opino al respecto que...	



**GRACIAS!**