

# HÁBITOS Y RUTINAS DE ESTUDIO

En este poster informativo, encontrarás tips para desarrollar en casa, hábitos y rutinas que hagan de nuestro hogar un lugar de aprendizaje y acompañamiento, para el fortalecimiento del proceso formativo de nuestros hijos.



Despertando el interés de nuestros hijos en su proceso de formación



Estrechando nuestro vínculo afectivo como familia



Encontrando herramientas personales y familiares para el momento actual

Las niñas, niños y adolescentes necesitan seguir una rutina para sentirse seguros y tranquilos en su ambiente. Esta rutina establece horarios, pero además los hábitos repetitivos ayudan a construir un equilibrio emocional que les proporciona un mecanismo importantísimo para su educación y para la construcción de su personalidad. La repetición de los actos cotidianos forman hábitos y la repetición de los hábitos desarrollan competencias, por eso son tan importantes, pero veámoslo con más detalles.



• Le aporta seguridad



• Serán personas más perseverantes y constantes



• Les ayuda a descubrir el mundo

## ¿Cómo diseñar el Cronograma de Actividades?

- Listar TODAS las actividades a realizar en una columna.
- Pon el tiempo necesario para la ejecución de cada actividad o tarea a realizar
- Ordenar las actividades cronológica o secuencialmente.
- Asignar los recursos, materiales, servicios o productos necesarios para cada actividad listada.
- Ajustar el tiempo o secuencia de actividades de acuerdo a la duración de tus actividades



Para fortalecer los hábitos y rutinas debes crear un cronograma. Este te permitirá organizar, ejecutar y monitorear todas las actividades o tareas que te propongas para realizar día a día.

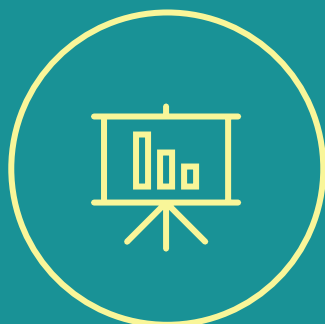
## 6 HÁBITOS PARA CONSIDERAR



Establecer un horario de estudio



Establecer tiempos de descanso



Determinar prioridades



Cumplir objetivos por jornadas



Adecuar un espacio para el estudio



Acompañamiento y motivación

ORGANIZAR LOS TIEMPOS Y ESPACIOS DE ESTUDIO CON NUESTRO HIJOS, POSIBILITARÁ EL ESTABLECIMIENTO DE RUTINAS QUE FORTALEZCAN EL PROCESO FORMATIVO DE LOS MISMOS.

¡RECUERDA QUE TU ACOMPAÑAMIENTO ES FUNDAMENTAL!

