

## Tips prácticos para promover la lectura en casa

- Los padres y madres pueden leer en voz alta a los niños; y cuando estos pidan leer en voz alta, dejarlos y tener paciencia. Lo primordial es desechar las correcciones agresivas.
- La lectura requiere de una buena técnica de respiración. Los padres que quieren aprender a leer en voz alta pueden realizar ejercicios como los que siguen:

Tomar aire por la nariz, inflar el abdomen e ir soltando el aire poco a poco por la boca y de ser posible ir contando en cuánto tiempo se suelta el aire.

Hacer el mismo ejercicio leyendo una parte de un libro e ir soltando el aire, sin pausas.

Hacer el mismo ejercicio, leyendo el libro, pero ahora con las pausas de la puntuación señaladas.

- Es importante imaginar a los personajes y con los recursos de la voz del lector, darle vida a cada uno de ellos. Después se hace la lectura realizando las pausas que nos dan los signos de puntuación y los tonos de voz con que caracterizaremos a cada uno de los personajes.
- Si llegamos a hacer estos ejercicios cotidianamente, obtendremos una buena lectura en voz alta y se mejorará cada vez más. Los ejercicios de respiración hechos con los niños pueden ser motivo para crear un ambiente relajado y agradable, además de ser una buena preparación para iniciar la lectura.
- Es importante que el adulto haya leído el libro antes que el niño, esto le permitirá leer mejor en voz alta y evitar sorpresas desagradables.
- Como estímulo a los hijos, se pueden escribir cartas a los personajes de los libros. También se recomienda incitar a los hijos a escribir historias a partir de lo que se haya leído; éstas se pueden compartir entre los padres y los hijos, y también es una buena idea escribirlas entre todos los miembros de la familia.
- Cuando se está leyendo un libro extenso, es esencial que el lector adulto elija la parte más emocionante para dejar una pausa en la lectura y continuar al día siguiente.
- Si se está leyendo un libro con ilustraciones, es recomendable que éstas sean mostradas a los oyentes.
- Se puede buscar apoyo en los talleres de creación literaria y fomentar con los hijos el uso de la palabra escrita para otras cosas como: recetarios de cocina, manuales de jardinería, recopilación de juegos y rondas tradicionales, cancioneros, recopilación de chistes y cuentos, y muchas otras cosas que la escritura puede proporcionar.

Los padres debemos iniciar, en un primer momento, la lectura y luego compartirla con los demás miembros de la familia. Si sus hijos tienen alguna inquietud, alguna pregunta que deseen hacer cuando usted esté leyendo en voz alta, deténgase a escuchar el comentario que el niño desea hacer o responda la pregunta que le inquieta.

- También podemos hacerles preguntas mientras leemos, pero no podemos olvidar que estas deben estar relacionadas con lo que nuestros hijos van sintiendo.
- Si nos damos cuenta de que la lectura que estamos realizando en voz alta ya no les interesa, es necesario acudir a un momento álgido de la trama y darle una entonación emocionante para renovar el interés por la lectura. De esta forma, posiblemente consigamos que los niños manifiesten interés por seguir escuchando. Si esto pasa, y la insistencia de los niños es mucha y contamos con tiempo, se recomienda seguir leyendo. Pero si por el contrario, sentimos que ya se agotó el momento, podemos comentarles lo que leímos; eso sí. Jamás en forma de cuestionario.
- Podemos preguntarles por qué creen que pasó tal o cual cosa, o qué sintieron en esos momentos; por qué se sintieron así; cómo se imaginan al personaje que más les haya impresionado; cómo les hubiese gustado que actuara tal personaje; por qué se rieron en determinada parte, o por qué se asustaron; todo esto para que nuestros hijos puedan apropiarse de lo que van leyendo.



- Cuando ya logramos crear los espacios de lectura en casa, podemos incursionar en otros espacios con más padres de familia que se interesen en desarrollar esta agradable actividad. Sugerimos realizar actividades como:
- Crear clubes de lectura con otros padres de familia que estén haciendo lo mismo con sus hijos. E incluso, se puede dar un paso adelante realizando reuniones entre los mismos adultos en las que compartan ya no las experiencias lectoras de sus hijos, sino las de los libros que ellos leen.

Después de probar las "mieles" de la lectura, los adultos pueden diseñar campañas de promoción de lectura junto con sus hijos, buscar autores para organizar encuentros y presentaciones de libros en donde los niños y los adultos compartan experiencias y responsabilidades.

- Hay una gran gama de actividades que puede apoyar el gusto por la lectura. Ahora, lo que sí es importante es que los padres escojan momentos amorosos e íntimos para estar con sus hijos, y que en estos encuentros estén presentes los mejores amigos: LOS LIBROS.

*Tomado de:*

*Merino Georgina. ¿Cómo encontrar en casa el gusto por la lectura? –Algunas recomendaciones infalibles. Caracas, Banco del libro, 2001*

## Tips pedagógicos

Dirigido a docentes de la institución con el fin de ofrecer herramientas que les permitan desenvolverse en el ambiente escolar y el manejo de aula, se han trabajado los aspectos de comprensión como: explicación, interpretación, aplicación, perspectiva, empatía y autoconocimiento. Elementos que componen la tarea de desempeño, pensamiento crítico y aprendizaje; cada uno de estos temas se ha abordado de manera más profunda a través de frases cortas dos veces a la semana (lunes y miércoles) y se ubican en el tablero de sala de profesores.

## Tips pautas de crianza

Conscientes de las dificultades que implica la tarea constante de la crianza de los hijos y los nuevos retos que hoy día nos plantea el mundo y la sociedad, el servicio de orientación manera semanal (miércoles) envía en agenda frases cortas a todos los padres de familia de los estudiantes de grado kínder a sexto. En estos tips se han trabajado temas que tienen que ver con la manera de corregir, cómo acercarse a los niños, escuchar a los hijos, establecimiento de normas y responsabilidades, etc.

## Hábitos de estudio

Se define como hábitos de estudio a un conjunto de acciones y comportamientos regulares que se ejecutan con el fin de hacer efectiva la acción de estudiar. Hábito tiene un significado puntual: "tiene que ver con la realización continua de una acción lo gran doque se convierta en algo que hace parte de la cotidianidad". A simple vista parece fácil lograr la adquisición de hábitos adecuados, sin embargo, se ha demostrado que se trata de algo complejo, pues no es suficiente la repetición de comportamientos y rutinas, que otros nos dan. Los hábitos tienen que ver con los aspectos más profundos como la voluntad, la motivación y la disciplina.

## Consejos prácticos para desarrollar hábitos de estudio

Organice su tiempo: es la variable más importante a tener en cuenta. No se queje de no tener tiempo organícelo. Lo más efectivo, empezar por hacer un horario en el tiempo disponible para estudiar, se debe hacer por horas y en el deben incluirse las asignaturas que va a estudiar durante el día. Recuerde que se hace sobre el tiempo disponible, pero tiene que tener como mínimo dos horas diarias de dedicación a estudiar. Péguelo en un lugar visible, en el lugar donde estudia, pero sobre todo trate de cumplirlo; Hágalo durante una semana y vea chorno cambian sus resultados escolares.

## Tener en cuenta que...

Tener tiempo para estudiar implica no ocuparse en otras actividades, mandados, abrir la puerta, el teléfono, etc... También es necesario hablar con nuestros padres para que respeten ese tiempo, de todos depende los resultados que obtengamos.

## Ambiente de estudio:

Es necesario tener un ambiente de estudio para realizar las actividades académicas, nunca estudiar sobre la cama. Podemos adecuar un espacio, que tenga una mesa sencilla, una silla cómoda. Buena iluminación y donde podamos organizar los cuadernos y libros que vamos a utilizar cuando estudiemos. Muchos expertos recomiendan estar sin música, pero si ya estamos acostumbrados, la podemos escuchar con volumen adecuado. El peor enemigo para nuestra atención y concentración es la televisión algunos estudiantes ya se han acostumbrado tanto a ella, que son capaces de "estudiar" en las propagandas pero en realidad nunca logran concentrarse ni en una sola cosa ni en otra. También debes dejar de chatear cuando haces tareas y así evitarás demorarte y distraerte.

## Pero profe, ¿yo como papá qué puedo hacer?

Muchos padres piensan en que como ellos no pudieron estudiar, no pueden hacer nada para ayudar a sus hijos, ni si quiera a veces como van a enterarse de los trabajos o tareas que tienen que hacer sus hijos. La verdad es que gran parte del éxito que tiene un estudiante depende de sus padres. Muchos padres no esperan que los llamen del colegio, sino que van a preguntar cómo les va a sus hijos, esto en la mayoría de los casos trae cosas buenas. Ellos sienten que se interesan por sus cosas y mejoran su motivación hacia el estudio, además de la relación con sus padres. Hay algunos casos importantes que un padre de familia puede hacer para ayudar a su hijo a estudiar.

**A hacer tareas:** las tareas son actividades que están planeadas para profundizar o mejorar los desempeños en un tema específico. Cuando dejas de hacer pierdes la posibilidad de entender mejor un tema o practicar un ejercicio. Es recomendable darle un orden a las tareas; empezar por aquellas más fáciles o que nos demanden menos tiempo y terminar con las más difíciles. El orden cambia Si tenemos que salir a investigar o consultar en la biblioteca, en ese caso, dejamos de primeras esa tarea y las otras para el regreso a casa. Debe mostrara de medir el tiempo que pasamos en la biblioteca, si no lo controlas puedes pasar todo el tiempo por fuera y no cumplir con el horario que te

**Tener en cuenta que:** en la casa debemos procurar tener material de consulta que nuestros hijos puedan usar, en muchos casos los libros viejos son útiles como material para investigar las tareas. Los diccionarios deberán ser materiales casi que obligatorios en casa.

**Preguntar: ¿cómo te fue en el colegio?:** es una pregunta sencilla pero muy valiosa, abre la comunicación entre padres e hijos. Escuchando nos podemos enterar cómo se sienten nuestros hijos en el colegio, cuáles materias les gusta, cuáles se le facilitan o dificultan. Es la posibilidad de no perdernos la oportunidad de estudiar con ellos.

## ¿Qué es la RESILIENCIA?

"Es la capacidad que posee un individuo frente a las adversidades, para mantenerse en pie de lucha, con dosis de perseverancia tenacidad, actitud positiva y acciones, que permiten avanzar en contra de la corriente y superarlas". (E. Chávez y E. Iturralde, 2006) "Es un proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad". (Luthar, 2000).

## ¿Cómo promover nuestra propia resiliencia?... Teniendo claro que

### Necesito:

- Buscar una o más personas en mi familia en las que puedo confiar y que me aman sin condicionamientos.
- Buscar una o más personas fuera de mi entorno familiar en las que puedo confiar plenamente.
- Poner límites en mis comportamientos negativos.
- Pedir ayuda cuando la necesito.

### Soy una persona

- Que agrada a la mayoría de la gente;
- Generalmente tranquila y bien predispuesta;
- Alguien que logra aquello que se propone y que planea para el futuro;
- Una persona que se respeta a sí misma y a los demás;
- Alguien que siente empatía por los demás y se preocupa por ellos;
- Responsable de mis propias acciones y acepto sus consecuencias;
- Segura de mí misma, optimista, confiada y tengo muchas esperanzas.

### Y puedo:

- Generar nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas;
- Realizar una tarea hasta finalizarla;
- Encontrar el humor en la vida y utilizarlo para reducir tensiones;
- Expresar mis pensamientos y sentimientos en mi comunicación con los demás;
- Resolver conflictos en diferentes ámbitos: académico, laboral, personal y social;
- Controlar mi comportamiento, mis sentimientos, mis impulsos, al demostrar lo que siento



## Características de los jóvenes resilientes

- Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrando optimismo y persistencia ante el fracaso.
- Habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores.
- Capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos.
- Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás, estableciendo amistades duraderas basadas en el cuidado y apoyo mutuo.
- Competencia en el área social, escolar y cognitiva; lo cual les permite resolver creativamente los problemas.
- Mayor autonomía y capacidad de autoobservación.
- Gran confianza en una vida futura significativa y positiva, con capacidad de resistir y liberarse de estigmas.
- Fuerte confianza en una figura positiva.