

ORIENTACIONES PARA EL ESTUDIO	
PROCESO	CÓDIGO
SUBPROCESO	DD.MM.AA
VERSIÓN 1	MODIFICACIONES 15-02-2007

## BREVE GUÍA PARA CONSOLIDAR UN HÁBITO DE TRABAJO EN CASA

### ¿CUÁNDO UTILIZAR ESTE PROCEDIMIENTO?

- Si a su hijo o hija le cuesta ponerse a hacer sus deberes sin tener que recordárselo.
- Si los profesores no están satisfechos con los deberes que hace en casa el alumno.
- Si sus hijos se distraen excesivamente con la televisión, el ordenador u otros juegos.

### PASOS A SEGUIR

- 1.- Limitar el uso de la televisión
  - Reducir el número de televisores en casa.
  - Dejar de ver la televisión durante las comidas de la familia.
  - Seleccionar los programas y las horas a las que se va a ver la televisión.
- 2.- Hacer la lectura más importante que ver la televisión
  - Llevar a nuestros hijos una o dos veces por semana a la biblioteca pública.
  - Sacar libros tanto para ellos como para los padres.
  - Hacer de la lectura conjunta de padres e hijos una tradición familiar.
- 3.- Establecer una hora para hacer los deberes en casa
  - Escoger la misma hora cada día desde el lunes hasta el viernes para que nuestro hijo haga los deberes o lea.
  - Establecer la duración de la hora de deberes en función del curso y las necesidades particulares de cada alumno.
- 4.- Escoger un lugar adecuado para hacer los deberes
  - Buscar un lugar silencioso, cómodo y aislado.
  - Disponer los materiales necesarios.
- 5.- Explicar a nuestro hijo el plan previsto
  - Explicarle por qué se ha tomado esta decisión.
  - Explicarle lo que se considerará "una buena hora" de deberes.
  - Explicarle las ventajas que tendrá hacer "una buena hora" de deberes.
- 6.- Realizar alguna actividad tranquila durante la hora de deberes de nuestro hijo que le sirva como modelo: leer, escribir...
- 7.- Recompensarle cuando haya tenido "una buena hora" de deberes permitiéndole ver la televisión o realizar alguna otra actividad agradable.
- 8.- Hacer un seguimiento regular del plan para introducir los ajustes necesarios.

---

Adaptado de:

BLECHMAN, E.A. (1990) *Cómo resolver problemas de comportamiento en la escuela y en casa*. Ed. CEAC, Barcelona.