📖 **Cómo ayudar a tu hijo a mejorar sus técnicas de estudio**

✅ Un buen ambiente de estudio

El entorno influye mucho en la concentración. Asegúrate de que tu hijo:

- Estudie en un lugar tranquilo, ordenado y bien iluminado.
- Evite distracciones como el móvil o la televisión mientras estudia.

✅ **Planificación y hábitos**

Para mejorar el rendimiento escolar, es importante que los niños:

- Establezcan un horario fijo de estudio.
- Usen herramientas como agendas, esquemas y mapas mentales.
- Descansen cada 25-50 minutos para evitar la fatiga mental.

✅ **Técnicas efectivas de estudio**

Algunas estrategias que pueden ayudar a mejorar la retención de información son:

📌 El subrayado y los esquemas: Ayudan a organizar las ideas principales.

📌 La Técnica Pomodoro: Estudio en bloques de 25 minutos con pausas de 5.

📌 Repaso activo: Explicar en voz alta lo aprendido ayuda a consolidar la memoria.

✅ **La importancia de la motivación**

Los niños aprenden mejor cuando se sienten motivados. Recompensa su esfuerzo con palabras de ánimo y evita presionarlos en exceso.

Resuelve para conocer si has entendido

Ejercicio 1: Selección múltiple. Selecciona la respuesta correcta según la lectura.

- ¿Cuál de los siguientes factores es clave para un buen ambiente de estudio?

- ¿Qué estrategia ayuda a organizar mejor la información?

- ¿Cuál es el objetivo de la Técnica Pomodoro?

Ejercicio 2: Rellenar espacios en blanco

- El subrayado y los esquemas ayudan a organizar las _____ principales.

- En la Técnica Pomodoro, se estudia durante _____ minutos y se descansa 5.

- Los niños necesitan un ambiente de estudio _____, ordenado y bien iluminado.

- Para mejorar la planificación, es útil usar _____, esquemas y mapas mentales.

@marloojbe
www.marloojbe.com
LIVEWORKSHEETS