



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_log



https://enfamilia.a



https://enfamilia.aeped.es/sit

ilia.aepe

Deberes escolares. Cómo ayudarles



Los deberes escolares tienen como finalidad reforzar y afianzar los contenidos trabajados en clase. Para ayudar a nuestros hijos es necesario tener en cuenta:

Lugar de trabajo

Es fundamental disponer de un lugar fijo de trabajo, al igual que la comida se prepara en la cocina o la televisión se ve en el salón, el espacio para realizar los deberes debe ser siempre el mismo. Lo más aconsejable es disponer de una mesa-escritorio libre de estímulos que distraigan. Hay que evitar la música, la televisión y retirar cualquier objeto que pueda suponer una distracción para el niño. Si es posible, debe tener luz natural y un flexo para las últimas horas del día.

Tiempo de deberes

Lo ideal es comenzar a realizar los deberes después de un período de descanso. Si el niño llega a casa en torno a las tres de la tarde, lo más adecuado es comer y hacer un pequeño descanso. Si el niño llega a casa después de las cinco, es necesario merendear y reposar antes de iniciar la tarea escolar.

Hacer los deberes es un proceso gradual, rutinario y organizado. Es recomendable poner una hora fija de comienzo; el tiempo estimado necesario dependerá en gran medida de la edad del niño:

- Cuando los niños tienen entre 6 y 7 años, el tiempo de deberes debe ser aproximadamente de media hora.
- Entre los 8 y 9 años se puede aumentar a una hora.
- A los 10-11 años se puede llegar a hora y media. Y así sucesivamente.

No es conveniente superar estos tiempos, pues la capacidad para prestar atención disminuye. Con el cansancio, el rendimiento es peor y comienzan las pérdidas de tiempo.

La realización de los deberes es un proceso que se entrena y que se aprende. Y nada mejor que el día a día para obtener un buen rendimiento académico. Incluso los días en que desde el colegio no se ponen tareas, los padres pueden aprovechar para potenciar la lectura, la escritura o desarrollar la creatividad pintando o jugando con plastilinas, etc.

Si el niño tiene dificultad para concentrarse, puede comenzar por las tareas que le resulten más tediosas (la comprensión lectora, el estudio *↔) y finalizar con actividades fáciles o que sean de su agrado. Para los niños con poca motivación escolar, lo mejor es comenzar por las tareas que más les gustan, continuar por actividades que suponen mucho esfuerzo y finalizar con tareas ligeras y poco costosas.

Supervisión y apoyo

Cuando los niños son pequeños, los padres deben ejercer un mayor apoyo. A medida que crecen, para fomentar la responsabilidad personal, solo deben ser supervisarlos. Corregir los deberes en casa no es su tarea. Si el niño se olvida de realizar un trabajo o si se deja el libro en clase, debe aprender de sus errores. Si le solucionan el problema, no aprenderán y confiarán en sus [] padres [] En los tiempos actuales está muy de moda entre los padres hacerse grupos de *Whatsapp*, para saber lo que acontece dentro del colegio, entre otro tipo de informaciones. Esto hace que los niños no desarrollen la responsabilidad personal y se acostumbren a tener

“secretarios personales” que organizan sus compromisos.

Aunque el tiempo de deberes supone en muchas ocasiones una entre padres e hijos, nada mejor que tener conciencia de la importancia del mismo para fomentar la madurez, el desarrollo y la responsabilidad personal.

Artículo publicado el 8-4-2015, revisado por última vez el 13-5-2019

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/deberes-escolares-como-ayudarles>