

THE PARENT LETTER



About Our Kids:
A Letter for Parents by the
NYU Child Study Center

VOLUMEN 2, NÚMERO 6

Febrero de 2004

TAREA ESCOLAR: PENAS Y TRIBULACIONES

La mayoría de los días, Matthew llega de la escuela a las 4 de la tarde y se toma un descanso de media hora. Luego, saca el libro de tareas, revisa lo que tiene para hacer y comienza con los ejercicios. Haley llega a su casa lista para empezar con la tarea, pero no se acuerda qué ejercicios debe hacer. A veces, no tiene todo el material necesario y su madre debe llevarla de nuevo a la escuela para conseguir el libro que necesita para hacer sus deberes. Nicholas termina parte de la tarea enseguida, pero los ejercicios de redacción le llevan mucho tiempo y a menudo debe quedarse levantado hasta muy tarde.

Como lo indican los ejemplos anteriores, algunos niños parecen terminar la tarea sin esfuerzo mientras que a otros les resulta difícil enfrentar las exigencias académicas y los desafíos de organización que implica la tarea.

¿Por qué hay que hacer tarea?

El objetivo de la tarea escolar es revisar el material visto en clase y poner en práctica los conocimientos. Al hacer los deberes, los niños se involucran y comprometen más con el aprendizaje. La tarea escolar impone exigencias que los ayudan a desarrollar sus habilidades mentales. Les exige concentrarse, seguir instrucciones, organizar el material, resolver problemas y trabajar en forma independiente. La tarea ofrece una vía para que aflore un sentido cada vez mayor de competencia e independencia. Además, colabora a establecer una conexión entre la escuela y el hogar.

¿Qué dicen los investigadores acerca de la tarea?

Las investigaciones han puesto en duda el mito de que los estudiantes estadounidenses se ven sobrecargados de tarea. Según estudios nacionales recientes, en realidad los niños no hacen suficientes deberes escolares. El Brookings Institute ha revelado que, en promedio, el tiempo que los alumnos de EE.UU. dedican diariamente a la tarea aumentó de 16 minutos en 1981 a algo más de 19 minutos en 1997. Sin embargo, la cantidad de tarea asignada a los niños de 6 a 9 años ha aumentado de más o menos 44 minutos por semana a más de dos horas semanales. Asimismo, la tarea asignada a niños de 9 a 11 años aumentó de aproximadamente 2 horas 50 minutos a más de 3 ½ horas por semana. Un sondeo realizado en 2000 por la Public Agenda Foundation indicó que la mayoría de los padres cree que hacer tarea está bien. Sin embargo, debido a que tanto los padres como los niños están más ocupados que antes, no es raro que a algunos padres les parezca que ha aumentado la cantidad -en parte, debido a que entran en juego otras ocupaciones para los niños, como los deportes, la música, empleos a tiempo parcial y las responsabilidades familiares. A veces, resulta difícil imaginar cuál es el momento adecuado para hacer la tarea.

¿Qué dicen los formadores de maestros acerca de la tarea?

La tarea debe ajustarse al trabajo que se hace en el aula y, de ser posible, a los intereses del niño. Debe tomar en cuenta la habilidad del alumno y adecuarse a su nivel de desarrollo. Los maestros deben tratar de que la tarea resulte estimulante y no una mera repetición del trabajo que se hizo en clase durante el día. Algunos métodos útiles para asegurar la participación consisten en brindar opciones sobre el modo de hacer la tarea, enviar a los padres una lista con las expectativas y metas a alcanzar, y utilizar un sistema de seguimiento y recompensas por la realización de la tarea. Es importante que los maestros sigan el progreso del alumno relacionado con la tarea y mantengan una comunicación permanente con la familia.

Los maestros pueden preparar a sus alumnos para la tarea ya que constituye una habilidad que puede enseñarse. Los niños deben saber por qué es bueno hacer deberes. Algunos maestros no asignan tarea durante las primeras semanas de clase; en cambio, dedican ese tiempo a enseñar a sus alumnos a cómo hacer los deberes. Además de analizar el manejo del tiempo, explican, dan ejemplos y practican cómo realizar las posibles opciones de trabajo. Proporcionan todo el material necesario, que luego los niños llevan a su casa, y la clase analiza y pone en práctica los modos de usar y cuidar dicho material.

De acuerdo con el desarrollo, ¿cuánta tarea corresponde por grado?

La cantidad de tarea asignada aumenta a medida que el niño crece. Desde el jardín de infantes hasta 1º grado, lo usual es 10 a 20 minutos o menos por día. De 2º a 3º grado, se supone una dedicación de 20 minutos diarios más 15 minutos de lectura.

Entre los niños de 4° a 6° grado, lo normal es de 20 a 40 minutos por día más 30 minutos de lectura. De 7° a 9°, la tarea puede llevar hasta 2 horas por día. Una vez que los niños llegan a la escuela media, la complejidad y cantidad de tareas aumentan año a año al igual que la presunción de que los estudiantes ya saben cómo hacer la tarea.

¿En qué medida se puede ayudar con la tarea?

La mejor posición que puede adoptar el padre o madre es la de participar pero no en exceso. El objetivo debe ser ayudar a su hijo, no hacer la tarea por ellos. Algunas estrategias útiles para intervenir en la tarea de su hijo consisten en:

- ❑ **Comunicarse:** Es aconsejable llegar a entender qué esperan los maestros de su hijo. Reúname con el maestro a principios de año para establecer la base que facilite posteriormente la comunicación durante el semestre, si llega a ser necesario.
- ❑ **Acompañar:** Hable acerca del ejercicio asignado para que su hijo descubra qué debe hacer. Es útil revisar un ejercicio ya resuelto. En caso de niños pequeños, es recomendable ayudarlos con la tarea y controlar su avance de cerca. En caso de niños de 12 años o más, puede optar por dejar que el niño mismo sea quien decida si quiere ayuda o no. Si su hijo es grande y no pide ayuda pero usted advierte que tiene dificultades, es bueno intervenir ayudándolo a encontrar un apoyo externo (como clases de apoyo con un maestro, sesiones de estudio después del horario escolar, acuerdos escritos personalizados para la realización de la tarea o un tutor).
- ❑ **Alentar:** Independientemente de la edad de su hijo, nunca subestime la importancia y el efecto de elogiar y alentar los logros de su hijo. Hablar sobre un ejercicio asignado y mostrar interés en la tarea escolar pueden ayudarlo a mantener la motivación y el interés.
- ❑ **Ser un modelo de conducta:** Las opiniones y hábitos de los padres influyen significativamente en el éxito de los jóvenes. Demuéstrele que cree que hacer la tarea escolar es importante destinando un horario determinado y un lugar para ello. Ayude a su hijo a ver que la tarea constituye una oportunidad, no una amenaza. Nunca utilice la tarea como un castigo ni lo exima de hacerla como recompensa. Ambas medidas implican que la tarea no es divertida y que no es parte de la rutina. Dan una idea que puede resultar contraproducente tanto en los estudiantes como en los maestros y padres.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a estar preparado para hacer la tarea?

Centrándose en determinadas áreas de habilidades, usted podrá ayudar a su hijo a realizar la tarea con menos estrés y menos frustración.

- ❑ Elija un espacio y un horario determinados para hacer la tarea. Retire todo lo que pueda servir de distracción. Ayude a su hijo a concentrarse apagando el televisor, limitando las llamadas telefónicas personales y dando el ejemplo leyendo y escribiendo usted mismo.
- ❑ Cerciórese de que su hijo tenga todo los útiles y herramientas que necesita. Es aconsejable acompañar a su hijo a una tienda de artículos de oficina al comienzo de cada semestre para comprar útiles escolares nuevos según sea necesario.
- ❑ Ayude a su hijo a establecer metas realistas en cuanto al tiempo que pueda llevar cada ejercicio de manera que sepa que también tendrá tiempo libre.

Escrito y desarrollado por Susan J. Schwartz M.A. Ed., Victoria DeLuca, Ph.D., y el personal del NYU Child Study Center

ACERCA DEL NYU Child Study Center

El NYU Child Study Center se dedica a la investigación, prevención y tratamiento de problemas de salud mental en niños y adolescentes. Brinda evaluación y tratamiento a niños y adolescentes con problemas mentales, como ansiedad, depresión, dificultades del aprendizaje o de atención y síntomas asociados al estrés y los traumas.

Si usted o su hijo necesitan ayuda, cuenta con profesionales que lo asesorarán las 24 horas del día, los 7 días de la semana, llamando a 1-800-LIFENET (1-800-543-3638), un programa de la Asociación de Salud Mental de la Ciudad de Nueva York. Dispone de ayuda en distintos idiomas: español, 1-877-298-3373; chino, 1-877-990-8585. Por otros idiomas, solicite un traductor.

Si desea más información, pautas y consejos prácticos sobre salud mental infantil y cuestiones sobre la crianza, por favor visite el sitio en Internet del NYU Child Study Center, AboutOurKids.org.



Changing the Face of Child Mental Health
NYU Child Study Center
577 First Avenue
New York, NY 10016

The Parent Letter ha recibido el generoso aporte de los siguientes donantes: Joseph Healey y Thomas Walter.