



Ministerio de  
Educación

Gobierno de Chile

# Comunicados

## APODERADOS

### EDUCAR EN VALORES

## EL RESPETO

Independiente de la edad, sexo, educación o cultura, **TODOS** somos merecedores de respeto. El respeto exige mirar más allá de las apariencias, es decir, descubrir la persona que hay detrás.

El respeto comienza en la propia persona. Quien se respeta a sí mismo es capaz de respetar a los demás. Y quien no se respeta, es probable que no considere a los demás con la dignidad que se merecen.

Tratar a los otros como te gusta que te traten a ti, es una frase que puesta en práctica sin duda permite hacer un mundo mejor.

#### Para inculcar en la casa:

\* **Los buenos modales:** sostener la puerta al que viene, comer con la boca cerrada, o mirar a los ojos cuando nos hablan. Todas ellas no son simples formalidades sin importancia, si no que son una manera de decirle al otro "tú me importas".

\* **Enseñar a pedir disculpas** cuando se equivocan, a dar las gracias por los pequeños favores, o a pedir por favor.

\* **Inculcar la importancia de escuchar** a las personas cuando nos hablan.

\* **Ser ejemplo al hablar sin groserías.**



## La lección equivocada del respeto es:

El desprecio al otro.

Los prejuicios de clase o de raza.

La falta de la capacidad de escuchar.

Te trato como me gustaría que me trataras a mí.

## Técnicas de estudio, pero no milagros

Existen métodos, recetas, normas y trucos para estudiar mejor. Sin embargo, nada es mágico, y para que los aprendizajes sean efectivamente logrados, lo mejor es la buena disposición y las ganas de trabajar.

Para adquirir ambas actitudes es muy importante el buen ejemplo de los adultos (es decir, cómo ellos se desempeñan en sus trabajos y responsabilidades) y también la creación en la casa de un ambiente propicio para el estudio.



- Explique que **los estudios tienen su “previa”** y ello supone mentalizarse. Si por el contrario, se parte de la base que no se quiere hacer, todo el resto sobra.

- Asegúrese de que las neuronas tengan glucosa, lo que se logra con una **buena alimentación** antes de estudiar. Ojo, que esto no incluye comida chatarra.

- **También es clave ayudarlos a que se instalen en un lugar:** a algunos les acomodará que sea siempre el mismo, otros preferirán ir variando. Lo importante es que haya la menor cantidad de distractores posible.

- **Enséñeles a intercalar el estudio con recreos cortos.** Pero aclare que ellos no son para conectarse a una pantalla.

- Si tiene tiempo, aunque sea al final de día, tómeles la materia para que ellos puedan repasar. Este es el momento propicio para ver cuánto han comprendido haciéndoles preguntas y planteándoles dilemas.

## VIDA FAMILIAR

### En marzo, EMPEZAR DE CERO

Terminan las vacaciones y los apoderados tienen la no fácil misión de “resetear” a los hijos para el nuevo año. Es decir, rayarles la cancha otra vez y decirles qué esperan de ellos en términos escolares y personales.

#### 1. Pactar horarios

Los mayores problemas se dan en el período de inicio de clases: volver a levantarse temprano o llegar a la casa evadiendo el estudio. Para esto, padres e hijos, debieran pactar los horarios para que hagan sus tareas y tengan tiempo para descansar.

Internet, el teléfono y la televisión también pueden regularse. Para esto hay algunas recomendaciones:

- 1 Los programas de televisión y horarios que pueden ver.
- 2 Las horas en que puede usar el computador para algo distinto a una tarea escolar.

#### 2. Inculcar una sana vida social

Es bueno conversar con los hijos para acordar algunos puntos que buscan protegerlos:

- 1 Avisar debidamente sobre los panoramas o actividades que realizarán.
- 2 Al llegar en la noche, despertar a quien está en la casa para avisar que ya están de vuelta.
- 3 Ante cualquier problema durante un panorama, explicarles que la medida más segura es llamar a sus padres o apoderados.
- 4 Jamás hacer dedo.

