



OXFORDCLIL *en casa*

.....

Esos grandes amigos: memoria, atención e interés





El tema planteado en este artículo es muy importante, ya que la memoria y la atención son básicas en el proceso de aprendizaje, incluso podríamos afirmar que son vitales. El interés también, y despertarlo en una tarea significa facilitar su ejecución.

En general, tanto en la escuela como en casa, necesitamos una situación propicia y favorable para aprender:

- **Plantear objetivos asequibles a corto plazo** (de este modo se facilita la planificación y la motivación). Por ejemplo, si el objetivo es aprobar el curso, hay que facilitar objetivos más cercanos y estimulantes... ¡No podemos subir el Everest de repente!
- **Trabajar en tranquilidad y silencio**, sin distracciones (ni tele, ni radio, ni teléfono).
- Crear un **ambiente relajado, bien iluminado**.
- Trabajar siempre **en el mismo espacio** —ya sea el dormitorio, el estudio, el salón...— los predispone para concentrarse.
- Estar **descansados**.
- Preparar los recursos que necesitamos, cuidando que sean lo más atractivos posible.

Podemos desarrollar la memoria a través de las propias tareas cotidianas familiares y también dentro del estudio escolar. Veamos cómo hacerlo.

EN CASA, EN LA VIDA FAMILIAR

Tanto en casa como en el colegio, los niños reciben muchos estímulos y es bastante normal que olviden cosas. En casa podemos establecer ciertos hábitos que ayudarán a los niños:

- **Tareas y obligaciones rutinarias y repetitivas**. Hay que establecer un orden: por ejemplo, merienda-tareas-lectura-ducha... Es importante organizar bien los tiempos y establecer un horario, como hemos comentado en otros artículos. Y sobre todo, con los más pequeños, a que ir dándoles pistas e ideas de lo que tienen que ir haciendo, para que vayan consolidando su aprendizaje.
- Encargarles alguna **tarea especial de forma divertida y lúdica**, en la que tengan que preparar objetos, ropa, utensilios: Por ejemplo, poner la mesa para los invitados que vienen a comer, ordenar la ropa planchada, ayudar a preparar una merienda de cumpleaños... Los niños aprenderán dónde están las cosas, dónde se guardan y lo recordarán para otras ocasiones. Habrá múltiples oportunidades de hacer esto. En mi casa, siempre acudimos a mi hija mediana para encontrar «los objetos que desaparecen misteriosamente», ella siempre recuerda donde están, y es la que más participa en la logística de la casa.
- **Verbalizar lo que van a hacer** durante la tarde o la mañana, y también recordar de forma ordenada **lo que han hecho** en la jornada escolar o en casa, lo que han comido, lo que han estudiado... Esto los ayudará a ejercitar la memoria. Por ejemplo, si han leído una historia, si han visto una película, les pediremos que nos cuenten el argumento. Los ayudaremos a sintetizar, a resumir, y a desarrollar su expresión oral.



- **Visualizar las tareas u obligaciones en un cuadro o tabla**, colocado en alguna parte visible de la casa y al alcance de todos, siempre ayuda mucho.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Merendar	😊	😊	😊	😊	😊
Ordenar habitación		😊			
Estudiar/ leer					
Ducha		😊		😊	
Cena: poner y quitar la mesa.					
Juego.. tele... relax...					😊 😊
Preparar mi mochila	😊	😊	😊	😊	😊

Podemos modificar la tabla según la edad, marcar la tarea cuando esté hecha, o utilizarla como un calendario en el que consultan sus tareas de forma individual y personal de forma eficaz.

Establecer un sistema de recompensas fortalece esta tarea.

Al aplicar y establecer regularmente este tipo de prácticas, estamos favoreciendo:

1. El aprendizaje memorístico.
2. La atención.
3. La observación.
4. El orden y la organización.

ESTUDIO ESCOLAR

En cuanto al rendimiento intelectual, nuestras recomendaciones a las familias son muy sencillas:

- **Fragmentar los contenidos** que deben estudiar, tanto en cantidad como en tiempos. No pueden estudiar los vertebrados y los invertebrados de golpe la tarde anterior a un examen.
- **Organizar bien los contenidos**, sobre todo los de ciencias (cuadernos, esquemas, apuntes). Por ejemplo, escribir el vocabulario de la unidad por orden alfabético o por grupos, clasificarlo según su temática...
- **Practicar la repetición activa**, sin olvidar nunca exponer a los contenidos: CD, blogs, Doctor YouTube, repetir leyendo, inventándose ritmos o rimas con las frases o definiciones.



- **Asociar los contenidos a la música.** El ejemplo más típico son las tablas de multiplicar, que se aprenden «cantando». En este sentido, es de especial interés aprovechar el material ofrecido por el libro.
- **Buscar trucos mnemotécnicos** personales para recordar el vocabulario, las definiciones...
- **Asociar el vocabulario a las imágenes** es muy importante. Las imágenes permanecen mucho más en nuestra memoria. Más adelante se hablará de las diferentes inteligencias, como la espacial.
- **Hacer conexiones.** Es muy útil conectar la información nueva con la que ya saben los niños. Es más fácil para ellos recordar que unas líneas van de north to south son long, y que esto coincide con longitude, que intentar memorizar de forma directa el vocablo.
- **Inventar acrónimos.** Recordamos, como ejemplo, uno muy conocido sobre los planetas:

MERCURY - MY

VENUS - VERY

EARTH - ELEGANT

MARS - MOM

JUPITER - JUST

SATURN - SERVED

URANUS - US

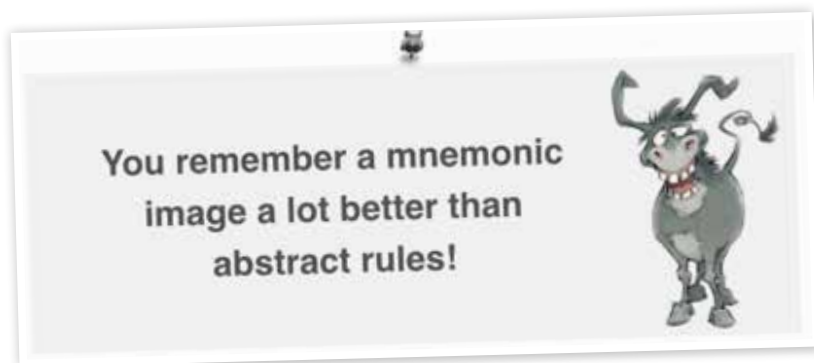
NEPTUNE - NINE

PLUTO - PANCAKES

Con los niños de nivel más alto, hay que intentar que no se aburran. Es fácil, en casa, plantearles retos y desafíos, investigaciones que les motiven y entretengan.

Por último, recomendaría para los más inquietos unos minutos de relajación o meditación diaria (la práctica de mindfulness). Hay muchos recursos en la red y es tremendamente útil para mejorar la atención y la concentración.

En definitiva, hay que trabajar un poquito para potenciar la memoria, hay que sistematizar la atención, siempre con amor y cariño para garantizar la motivación.



<http://www.learn-german-smarter.com/learn-german-grammar-with-mnemonics/>

Y recuerda...



LA PEOR TINTA ES MEJOR QUE LA MEJOR MEMORIA