Kit de rutinas de estudio en casa

Home Study Routines Kit

PARA FAMILIAS · PRIMARIA / FOR FAMILIES · ELEMENTARY



Tareas sin lágrimas: una rutina clara para estudiar, leer y descansar
Homework without tears: a clear routine to study, read and rest

★ Con Milo el manatí, el patico, Gilda la garza y Lola la tortuga ★

¡Bienvenidos! · Welcome!

Este kit convierte la hora de las tareas en un momento tranquilo y predecible: rutinas visuales que tu hijo puede seguir solo, registros sencillos y una guía breve para padres en español e inglés, también para familias que no dominan el inglés de la escuela.

This kit turns homework time into a calm, predictable moment: visual routines your child can follow alone, simple logs and a brief parents' guide in Spanish and English, also for families still learning English.

Contenido · Contents

A · Guía para padres / Parents' guide: las 5 reglas de oro y el espacio de estudio. · The 5 golden rules and the study space.
B · Rutinas y horarios / Routines & schedules: rutina al llegar, rutina de noche y mañana, horario semanal visual. · After-school routine, night and morning routine, visual weekly schedule.
C · Tareas bajo control / Homework under control: plan semanal, registro de tareas y mi lista de hoy. · Weekly planner, homework log and my list for today.
D · Lectura y hábitos / Reading & habits: lectura diaria de 20 minutos, mes de lectura, tabla de hábitos, recompensas, meta y certificado. · Daily reading, reading month, habits, rewards, goal and certificate.

Cómo usarlo · How to use it
Imprime las rutinas y pégalas donde tu hijo las vea. Completa juntos los horarios la primera vez y revisa la semana cada domingo en 10 minutos. Los registros se imprimen cada semana; guarda este archivo: es tuyo para siempre.
Print the routines and post them where your child can see them. Fill in the schedules together the first time and review the week every Sunday in 10 minutes. Print the logs each week; keep this file: it is yours forever.

B · Mi rutina al llegar a casa

B · My After-School Routine — marca cada paso al terminarlo · check each step when done

1	**Guardo mi mochila en su sitio.** · *I put my backpack in its place.*
2	**Me lavo las manos y meriendo.** · *I wash my hands and have a snack.*
3	**Descanso 15 minutos.** Juego, me muevo, respiro. · *I rest for 15 minutes.*
4	**Reviso mi agenda con mamá o papá.** · *I check my planner with Mom or Dad.*
5	**Hago mis tareas en bloques cortos.** · *I do my homework in short blocks.*
6	**Leo 20 minutos.** · *I read for 20 minutes.*
7	**Guardo todo en la mochila para mañana.** · *I pack everything for tomorrow.*

Pega esta página junto a tu espacio de estudio. Cuando termines todos los pasos, dibuja una estrella en tu tabla de hábitos. · *Post this page by your study space. When you finish every step, draw a star on your habit chart.*

C · Plan semanal de tareas

C · Weekly Homework Planner

Semana del / Week of: _____

Día · Day	Materia · Subject	Tarea · Homework	Entrega · Due	Listo · Done
Lunes · Monday				
Martes · Tuesday				
Miércoles · Wednesday				
Jueves · Thursday				
Viernes · Friday				
Fin de semana · Weekend				

El domingo, revisa esta hoja en familia: lo que no se entregó se anota primero en el plan de la semana siguiente. · *On Sunday, review this sheet as a family.*

D · Mi lectura diaria: 20 minutos

D · My Daily Reading: 20 Minutes

Leer 20 minutos al día es la rutina que más hace crecer a un lector. Elige el libro, busca tu rincón y marca cada día. · *Reading 20 minutes a day is the routine that grows a reader the most.*

Día · Day	Libro · Book	Páginas · Pages	Minutos · Minutes	Firma · Signed
Lunes · Monday				
Martes · Tuesday				
Miércoles · Wednesday				
Jueves · Thursday				
Viernes · Friday				
Sábado · Saturday				
Domingo · Sunday				

Total de minutos de la semana · Total minutes this week: _____

Truco de Lola la tortuga: si un día solo hay 10 minutos, esos 10 también cuentan. · *Lola the turtle's tip: even 10 minutes count.*