



Handy Handouts®

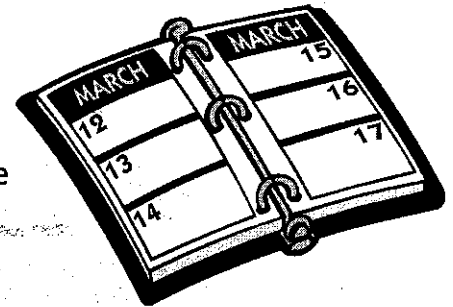
Free, educational handouts for teachers and parents*
Number 334



Teaching Time Management at Home

by Becky L. Spivey, M.Ed.

Teachers often hear, "My child... never finishes his/her homework before bedtime... lives in the moment... puts things off until the last minute... is always late getting ready for school... never gets to practice on time... completes one assignment and doesn't finish any others. Why?" There may be several reasons. Some students are able to come home, finish homework, complete school projects, or practice piano lessons, *and* pack their book bags for the next school day – unassisted. Then, there are others, especially those who have weaknesses in processing or executive functioning skills, whose lack of time-management skills affects their success both in and out of school.



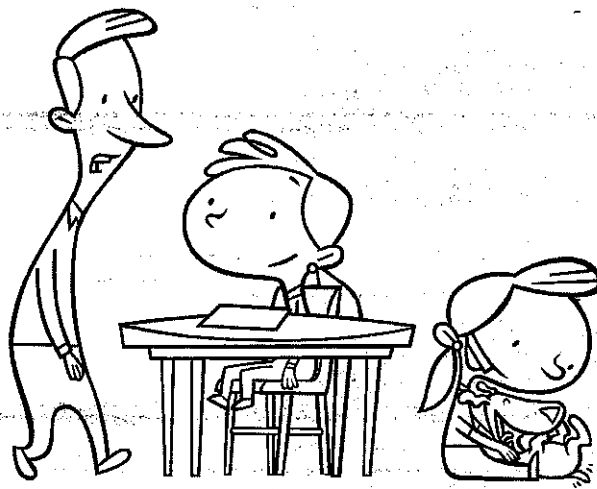
Children spend as many as seven hours a day at school and some as many as four more hours in after-school care and/or participating in after-school activities. Once arriving at home for the evening, there may be projects and homework to complete, more lessons to practice, etc. Should teachers teach time-management skills? **Yes!** Even if some students manage their time well, teachers should incorporate, directly and indirectly, simple time management strategies in the daily curriculum. Then, parents should help their children follow through with those strategies at home.

Tips for Time Management at Home

Time-management skills must transition from school to home. Use the following strategies to help your children continue learning and understanding the importance of time-management skills.

- **Provide a clock or visual timer for your children as early as preschool and help them gauge their time spent on tasks.** Some visual timers display time increments in color. As time passes, the colored section disappears. You can also use a sand timer. The child is able to "see" how much time is left. Use timers for bath time, dressing time, or TV time, and for homework. Set times should be appropriate for the age and ability of the child.
- **Give your children some "down time" before "homework time."** Provide a healthy snack of fruit or crunchy, raw vegetables and dip or crackers and cheese to give your children a boost of energy in order to push through another hour or so of "school."
- **Teach increments of time to early learners by relating a period of time they are familiar with to their time on a task(s).** For example, "You have thirty minutes. That is as much time as it takes us to get to Grandma's house."

- **Provide a quiet place, free from TV or other distractions, that is stocked with school supplies where your children can sit and work without interruption.** Set a clock/timer for an increment of time appropriate for the child's age and ability. Adjust times accordingly if you see that the "time's up!" factor is stressful. Allow them to have more time if time is not being wasted or interrupted.
- **Monitor homework assignments daily.** Guide your children in prioritizing lengthier or more challenging assignments first. If your child has an IEP (Individualized Education Program), ask the special education teacher for guidance as to how much time your child needs or should spend on assignments. Some students with IEPs have accommodations suggesting time increments for completing homework assignments. Some students may have a reduction in the amount of work assigned (e.g., writing 5 sentences with spelling words rather than 10). Ask your child's teacher for the strategies that work best for him/her while working in school.
- **Keep expectations for completing work at home the same as those in school.** Use your children's planners/agendas to keep open and consistent communication with their teachers.



Keep a "reminder" calendar. Mark important dates with specific times and places. You can color code the calendar (e.g., doctor's appointments are *red*, sports practices are *blue*, etc.).

Provide organized storage. Have labeled bins for keeping things in their places (e.g., *yellow* bins are for toys, *green* bins are for art supplies, *blue* bins are for sports equipment, etc.).

Give praise and feedback. For example, when your child completes an executive-function task, like pre-planning, you can say: "I like how you put your homework in your homework folder" or "I like how you made yourself a note to put your homework folder in your book bag at the end of the school day."

Help your child "think through" a problem or project. Ask questions about the problem/project and have your child answer them. Then see if he/she can come up with questions on his/her own. For example, you could say, "What is your science project?" "When is it due?" "What supplies do you need to make it?" Then, you could say, "What other questions do we need to answer about your science project?" Make a list of all these questions and answers together. Refer to the list as your child completes the project. Add in new questions and answers that will help complete the project as you go along.



Enseñando el Manejo de Tiempo en el Hogar

por Becky L. Spivey, M.Ed.

Los maestros frecuentemente oyen, "Mi hijo/hija... nunca termina su tarea antes de acostarse... vive en el momento... espera hasta el último minuto para hacer las cosas... siempre se tarda preparándose para ir a la escuela... nunca llega a las prácticas a tiempo... termina una tarea, pero no termina ninguna de las otras. ¿Por qué?" Puede haber varias razones. Algunos estudiantes son capaces de llegar al hogar, terminar sus tareas, terminar los proyectos escolares, o practicar las lecciones de piano, y empacar sus mochilas para el próximo día escolar – sin asistencia. Entonces, están los otros, especialmente esos que tienen debilidades con el procesamiento o debilidades con la función ejecutiva, a quienes la falta de la habilidad del manejo de tiempo afecta su éxito dentro y fuera de la escuela.



Los niños pasan tanto como siete horas en la escuela diariamente y algunos tanto como cuatro horas más en el cuidado después de la escuela y/o participando en actividades después de la escuela. A la vez que lleguen al hogar en la tarde, puede que tengan proyectos y tareas para completar, lecciones para practicar, etc. ¿Deben los maestros enseñar la habilidad del manejo de tiempo? ¡Sí! Aunque algunos de los estudiantes manejen su tiempo bien, los maestros deben incorporar, directamente e indirectamente, en el currículo diario estrategias simples del manejo de tiempo. Entonces, los padres deben ayudar a sus niños a continuar usando esas estrategias en el hogar.

Ideas para el Manejo de Tiempo en el Hogar

Las habilidades para el manejo de tiempo deben continuar de la escuela al hogar. Use las siguientes estrategias para ayudar a sus niños a continuar aprendiendo y entendiendo la importancia de las habilidades para el manejo de tiempo.

- **Provea un reloj convencional o automático para que sus niños lo vean tan temprano como desde la edad preescolar para ayudarlos a medir el tiempo que pasan haciendo tareas.** Algunos relojes automáticos visualizan los incrementos del tiempo en color. Según el tiempo pasa, la sección en color desaparece. Usted también puede usar un reloj de arena. El niño/a puede "ver" cuánto tiempo le queda. Use un reloj para el tiempo de baño, de vestirse, de ver el televisor, y de tareas. La cantidad de tiempo debe ser apropiada para la edad y habilidad del niño/a.
- **Dele a sus niños algún tiempo de descanso antes de hacer las tareas.** Provéale una merienda saludable de frutas o vegetales crudos crujientes y salsa o galletas con queso para darle a sus niños un estímulo de energía para que puedan pasar otra hora o más de "escuela."

- **Enséñele incrementos del tiempo a los aprendices jovencitos al relacionar el periodo de tiempo que es familiar para ellos al tiempo que ellos pasan haciendo una tarea(s).** Por ejemplo, "Tienes treinta minutos. Es la misma cantidad de tiempo que nos toma para llegar a la casa de abuela."
- **Provea un lugar silencioso, sin distracciones del televisor, que tenga bastantes materiales escolares en donde sus niños puedan sentarse y trabajar sin interrupciones.** Programe el reloj convencional o automático por un incremento de tiempo apropiado para la edad y habilidad del niño/a. Ajuste los tiempos consecuentemente si ve que el factor de que "¡se le acabo!" el tiempo es abrumador. Permítales tener más tiempo si el tiempo no está siendo gastado o interrumpido.
- **Supervise las tareas en el hogar diariamente.** Guíe a sus niños a priorizar las tareas más largas o más complejas primero. Si su niño/a tiene un Programa Educativo Individualizado (IEP, por su sigla en inglés), pídale orientación al maestro de educación especial acerca de cuánto tiempo su niño/a necesita o debe pasar haciendo tareas. Algunos estudiantes pueden tener una reducción en la cantidad de trabajo asignado (por ejemplo, escribir cinco oraciones con las palabras de ortografía en vez de diez). Pídale al maestro de su niño/a estrategias que funcionan mejor para él/ella mientras trabaja en la escuela.
- **Mantenga las expectativas para terminar el trabajo en el hogar igual a las de la escuela.** Use los planificadores/agendas de sus niños para mantener una comunicación abierta y consistente con los maestros de ellos.

Mantenga un calendario de "recordatorios". Marque fechas importantes con horarios y lugares específicos. Usted puede modificar el calendario con colores (por ejemplo; citas medicas son *rojas*, prácticas de deportes son *azules*, etcétera).

Provea un almacenamiento organizado. Tenga cubos con etiquetas para guardar cosas en su lugar propio (por ejemplo; el cubo amarillo es para los juguetes, el cubo verde es para los materiales de arte, el cubo azul es para el equipo de deportes, etcétera).

Dé elogios y su reacción. Por ejemplo, cuando un niño/a completa una tarea que requiere una función ejecutiva, como la planificación de antemano, usted puede decir: "A mí me gustó cómo pusiste tu tarea en tu carpeta" o "A mí me gustó cómo escribiste una nota para recordarte que pongas tu carpeta de tarea en tu mochila al final del día escolar."

Ayude a su niño "a pensar" en un problema o proyecto de principio a fin. Haga preguntas acerca del problema/proyecto y permita que su hijo/a las conteste. Luego vea si él o ella pueden crear preguntas por sí misma. Por ejemplo, usted puede decir, "¿Qué es tu proyecto de ciencia?", "¿Cuándo tiene que ser entregado?", "¿Cuáles materiales vas a necesitar para hacerlo?" Entonces puedes decir, "¿Qué otras preguntas debemos contestar acerca de tu proyecto de ciencia?" Hagan juntos una lista de todas éstas preguntas y respuestas. Refiérase a la lista según su niño/a completa el proyecto. Añada preguntas y respuestas nuevas que ayudarán a completar el proyecto mientras trabajan en el.