

Actiu: Cómo crear el mejor espacio de estudio

Estos espacios deben reproducir de una forma más o menos similar los entornos que los estudiantes y profesores tienen en los centros educativos. Buena iluminación, espacios de concentración y con el mobiliario adecuado son algunos de los tips que Actiu ofrece para que el espacio de estudio sea eficaz

Tras la declaración del estado de alarma, padres y madres, alumnado y profesorado se han visto obligados, de la noche a la mañana, a cambiar el formato de las clases ante la imposibilidad de impartirlas presencialmente y experimentar nuevas formas de trabajo. Un reto más que se suma al proceso de transformación que está viviendo el sistema educativo.

Actiu, empresa española líder en la creación de espacios de trabajo, ha elaborado un decálogo que ayuda a crear en el hogar espacios que favorezcan el estudio y mantener la normalidad académica durante el Estado de Alarma.

Diez consejos para crear el mejor espacio de estudio y promover el aprendizaje

Buscar un lugar con una buena iluminación. El espacio seleccionado debe tener una buena luz natural. La luz es un elemento fundamental de productividad. Cuidar de este aspecto potencia el bienestar, aumenta la creatividad y facilita el desarrollo de las tareas de forma más ágil y eficaz. Tamizar la luz solar en función de la orientación de la fachada, aprovechar los patios o utilizar planos de vidrio para permitir su paso a los rincones más oscuros, son algunas de las soluciones que permiten optimizar la iluminación natural a favor de espacios más eficientes.

Acondicionar un espacio silencioso: Está demostrado que la exposición a un nivel excesivo de ruido está directamente relacionada con problemas de salud, así como con complicaciones en el aprendizaje y la cognición. Es básico que el sitio para estudiar no sea ruidoso para que incite a la concentración, la habitación o un estudio serían perfectos. Estar cambiando de espacio a lo largo del día para estar con más gente de la familia no es nada recomendable ya que son sitios con mucho ruido y donde se dispersan con mayor facilidad. Si no es una estancia independiente, sería conveniente optar por un panel fonoabsorbente, que aisle el área y permita la concentración.

Emplear mesas y sillas confortables: Es importante contar con una mesa y una silla adecuadas para la labor que se ha de realizar y con capacidad para todos los elementos que se vayan a necesitar. La comodidad y la ergonomía han de ser factores clave a la hora de buscar el mobiliario para estudiar. Una mesa que se adapte en tamaño y altura y una silla que cuide de la espalda y facilite una postura adecuada.

Ordenar el lugar de estudio y mesa de trabajo: Un espacio desordenado no incita a la concentración. Ordenar el escritorio antes de empezar es más que necesario y contar con un espacio de trabajo lo suficientemente amplio como para tener todo a mano facilitará las cosas. Los elementos que permitan el archivo y clasificación del material de trabajo y estudio de forma sencilla e invisible resultan también muy útiles.

Dotar de versatilidad al espacio: Tener un entorno donde poder desconectar es imprescindible. Una opción muy confortable pasa por crear un espacio polivalente donde poder cambiar de tarea, desde poder leer un libro hasta realizar ejercicio. En este caso, el mobiliario polivalente con conectividad y desplazable, es muy práctico.

Realizar una planificación de horarios: Mantener una rutina y orden se hace esencial para conciliar la armonía y eficacia familiar. Es muy importante planificar y seguir horarios. Levantarse a la misma hora, ponerse a estudiar y finalizar cuando corresponde, mantener horarios de ocio o ejercicio físico entre otros, etc.

Relacionarse con los compañeros: Dentro de las rutinas programadas a lo largo de la jornada es importante dedicar tiempo al ocio y a mantener vínculos sociales activos. Mantener el contacto diario con una red de apoyo, ya sean familiares, amigos o seres queridos, atenuará el sentimiento de aislamiento.

Ventilar la habitación y optimizar la temperatura: El confort térmico depende del equilibrio entre la actividad física, la vestimenta, la humedad relativa, la temperatura y la velocidad del aire. Una ventilación y temperatura adecuadas aumentarán el confort y rendimiento de sus ocupantes.

Usar los recursos tecnológicos adecuados: En estos momentos en los que se está estudiando a distancia, con videoconferencias y conectado gran parte del tiempo, es esencial contar con unos recursos apropiados tecnológicos, que permitan seguir las clases y/o tareas sin ningún tipo de inconveniente. Emplear las vías que la tecnología pone al alcance de todos: desde mail o videoconferencias, donde los profesores pueden proponer tareas, hasta plataformas de contenidos compartidos y gestores de la evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Adaptabilidad, compromiso y liderazgo. No se puede pretender que la enseñanza online sea igual que la presencial. La nueva situación requiere una reorganización y nuevos hábitos, diferentes maneras de evaluar y de socializar a través de la tecnología. El entorno educativo abandona paulatinamente rigideces y patrones predeterminados para incorporar otras dinámicas en el que los recursos del espacio canalizan y facilitan la aplicación de nuevas metodologías. El compromiso familiar junto con el liderazgo del profesorado para desarrollar las fortalezas del alumnado permiten una transformación del aprendizaje que lleva a una evolución de los entornos donde se aprende. En este sentido, los espacios educativos precisarán un equipamiento ágil, modular y versátil, que permitan diversas configuraciones dependiendo de las necesidades del momento.

Datos de contacto:

María Guijarro
622836702

Nota de prensa publicada en: [Alicante](#)

Categorías: [Nacional Educación](#) [Sociedad Emprendedores](#) [Recursos humanos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>