

ATENCIÓN Y AUTONOMÍA PARA ALUMNADO DE PRIMER NIVEL

ORIENTACIONES



Responsabilidades con 7 años

- Responsabilidad consigo mismo
 - ❑ Es capaz de ordenar y cuidar sus ropas, limpiarse los zapatos, vestirse solo y con rapidez, acostarse y levantarse solo, bañarse sin ayuda, hacer pequeñas compras en el barrio.
- Responsabilidad en relación a sus iguales
 - ❑ Es amigo de sus amigos y si le engañan o le mienten se siente mal, su círculo de amigos suelen ser del mismo sexo, no le gusta perder en el juego, es capaz de acusar a otros si ve que hacen algo que esté mal.

Responsabilidades con 7 años

- Responsabilidad en el contexto familiar
 - Suele tardar en obedecer, necesita instrucciones claras para realizar tareas, puede controlar dinero para algún capricho, puede colaborar en casa (bajar la basura, comprar el pan, coger el teléfono,..)
- Responsabilidad en la escuela y en el contexto social
 - Puede organizar su material y su mochila, necesita instrucciones claras para realizar las tareas del cole.
 - Es capaz de diferenciar el bien y el mal, es sensible a las críticas y si no le gustan acabar en llanto

RECOMENDACIONES A LOS PADRES

Evitar la sobreprotección

Los niños y niñas “ayudados” en exceso muestran: Timidez, inseguridad y dificultades de relación social - Dificultad de separación de sus padres y madres - Búsqueda excesiva de protección - Comportamientos individualistas - Dificultades escolares - Dificultades para asumir responsabilidades

Fomentar la autoestima

Su origen se encuentra en las relaciones familiares.

Los padres y las madres contribuyen positivamente a la autoestima de sus hijos e hijas al motivarles para que alcancen sus metas, al favorecer la progresiva independencia, asumiendo y **evitando** la crítica destructiva.

Practicar el juego

“Regala media hora diaria de juego a tus hijos e hijas”

- Expresión de las emociones, conflictos externos e internos y muestra de la personalidad y forma de resolver las situaciones

Importante

- Cualquier conducta que el niño observe en los adultos referentes de su entorno será susceptible de ser imitada.
- Favorecer la expresión de las emociones
- Potenciar “patrones adecuados de comunicación”: fomentando la comunicación con hijos e hijas y evitando la crítica, el insulto, las ridiculizaciones,.....



ATENCIÓN

ATENCIÓN



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

PORQUE INCREMENTA LA
COMPETENCIA DEL ALUMNADO

"Mamá, no es que tenga déficit de atención, es que no me interesa"

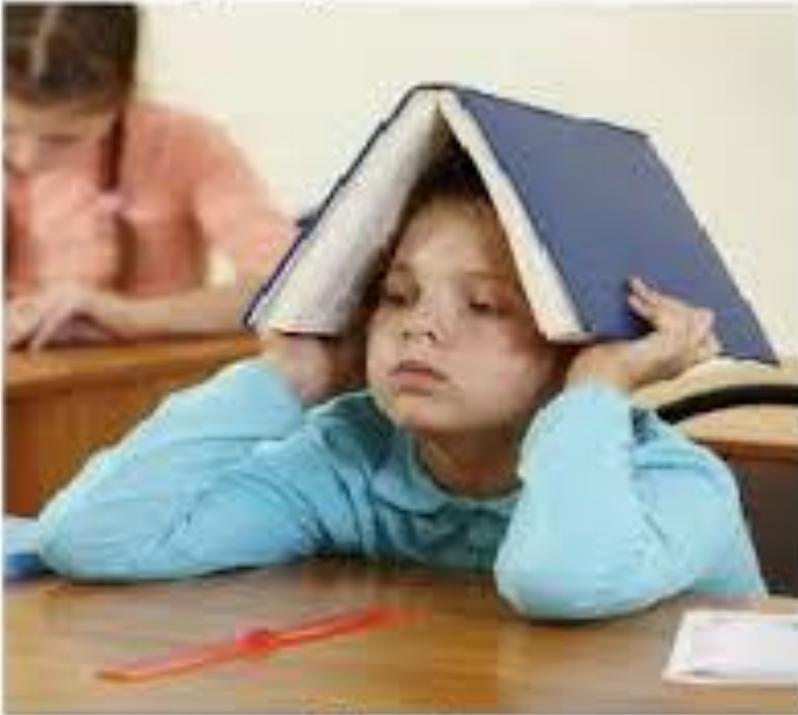


Figura 1

¿Y si me
motivo?

A través de la **atención**, nuestra mente puede centrarse en un estímulo de entre todos los que hay a nuestro alrededor para ignorar todos los demás.

Con la **concentración**, mantenemos la atención focalizada sobre un punto de interés, durante el tiempo que sea necesario.

Sin concentración es prácticamente imposible aprender algo



La concentración es imprescindible para el aprendizaje.

- Orientar la atención al proceso y no al resultado
- Buscar posibles soluciones .
- Atribuir el resultado a causas que se perciban como internas, modificables y controlables tanto si son fracasos como éxitos.

- Acordar un plan diario de trabajo:
 - a. Qué va a estudiar.
 - b. Cuánto tiempo.
 - c. Que hará después.
 - d. Distribución de materias.



DISMINUIR
ESTÍMULOS
DITRACTORES

EJERCICIOS PARA CONSEGUIR UNA CAPACIDAD ATENCIONAL ADECUADA

1. Ser capaz de seleccionar la información relevante(estímulos diana/ correctos).
2. Distingue estímulos muy similares(ej. Encontrar las diferencias)
3. Diferencia los estímulos del estímulo(prestar atención a estímulos más pequeños)
4. Hay que acostumbrarse a trabajar con dos estímulos(focalizar en seleccionar los estímulos que nos interesan)

EJERCICIOS PARA CONSEGUIR UNA CAPACIDAD ATENCIONAL ADECUADA

5. Dividir la atención (hay que aprender a prestar atención a varias cosas a la vez)
6. Agrupar estímulos en una categoría(atención dirigida y productiva)
7. Agrupar estímulos en varias categorías(ej. Lista de la compra por secciones)
8. Invertir la atención(incrementamos el esfuerzo).

EJERCICIOS PARA CONSEGUIR UNA CAPACIDAD ATENCIONAL ADECUADA

9. Mantener la atención visual(ej. En una tabla con números del 1 al 36, solo falta uno ?)

10. Mantener la atención auditiva(ej. Escuchar una narración y apuntar cuando salga una palabra determinada)(Repetir secuencias sonoras,...)

Actividades generales para incrementar la atención y la memoria

- Discriminación de figuras enmascaradas.
- Discriminar procedencia de sonidos e identificarlos.
- Ejecutar órdenes con dificultad creciente.
- Repetir series de palabras, números, frases,...
- Responder a preguntas sobre un cuento, película, juego,, escuchado anteriormente.
- Reproducir ritmos, canciones, recorridos,..
- Decir características de objetos que se observan en un periodo de tiempo.

Posibles causas de falta de atención

- Inmadurez infantil.
- Trastorno de inmadurez de una pequeña parte del cerebro/neurotransmisores(vitaminas).
- Pereza(carecen de hábitos/ voluntad).
- Poca o nula motivación.
- TDA/ TDAH(neurólogo).

Hay atención cuando:

- Se aumenta el nivel de vigilancia del sistema nervioso.
- Si el niño selecciona entre diferentes estímulos que le llegan y se centra solo en algunos.
- Si la acción de atender implica enriquecimiento o utilidad.
- Si el estímulo produce un proceso gratificante en el alumnado.

IMPORTANTE

- Dedicar 15 minutos a nuestros hij@s.
- Respetar su ritmo(alentar preguntas, buscar ej.)
- Dar seguridad. No importa equivocarse. Hay que arriesgar.
- El éxito está en el proceso del trabajo realizado y no en el conocimiento de un día para otro.
- Ir dando ayudas si fuesen necesarias.

**Muchas gracias
por vuestra atención**