

Para empezar

Ideas principales

- Escuchar y seguir instrucciones son Habilidades para Aprender importantes.
- Repetir instrucciones ayuda a recordarlas.
- Seguir instrucciones implica usar los ojos, los oídos y el cerebro.

Palabras clave

Repetir, instrucciones

Objetivo

Que las y los niños:

1. Demuestren que escuchar permite seguir instrucciones durante un juego.

Materiales para la semana

- Día 1: foto de Semana 2; Títeres Tímido y Animado; tarjetas Reglas para Escuchar; “Canción del estudiante”; copias del Enlace con el hogar de la Semana 3.
- Día 2: foto de Semana 3; cartel Habilidades para Aprender.
- Día 3: Títeres Animado y Tímido.
- Día 5: hojas blancas o papel bond, lápices de colores.

¿Por qué es importante este tema?

La práctica y la repetición son necesarias para que las y los niños interioricen y usen las habilidades que se les enseñan en el Programa *Paso Adelante*. En esta semana las y los alumnos usan y aplican algunas de las habilidades de atención y de escucha, que han aprendido. También aumentan su motivación para usar las habilidades enfocándose en su importancia y utilidad.

Notas para la y el docente

Use la parte “Piensa” de Piensa, Voltea, Di, durante otras actividades de aprendizaje.

En esta semana se pide a las y los niños que primero nombren y luego toquen partes de su cuerpo de manera pausada y consciente. Esto desarrolla la capacidad de control del comportamiento.

Pregunte al grupo qué Habilidades para Aprender ayudaron a tener éxito en el juego. Esto fomenta la reflexión metacognitiva.

Uso diario de habilidades

Pida a las y los niños que **ANTICIPEN** en qué momentos repetirse instrucciones a ellos o ellas mismas les ayudará a recordar qué tienen que hacer.

Preste atención a las y los niños que demuestren que escuchan y repiten las instrucciones y **REFUERCE** su comportamiento con comentarios específicos: **¡Vaya!, hicieron exactamente lo que yo dije. Debiste estar escuchando con atención y luego te dijiste a ti mismo(a) qué tienes que hacer.**

- Demuestre cómo repetir instrucciones.
- Recuérdeles con frecuencia que lo hagan.

Pida que **REFLEXIONEN** acerca de ocasiones en las que se repitieron instrucciones a sí mismos(as) y cómo eso les ayudó a aprender.



Recuerde

Recoja la hoja del Enlace con el hogar de la semana anterior y envíe a cada familia la correspondiente a esta semana.

Día 1: Guion para títeres

Materiales: foto de Semana 2, Títeres Animado y Tímido, tarjetas Reglas para Escuchar, “Canción del estudiante”, copia del Enlace con el hogar de la Semana 3

Pida la grupo que tomen asiento; después, mantenga en alto la Foto 2.

Muestre la Foto 2

La semana pasada aprendieron cómo enfocar su atención con un atentoscopio imaginario. Repase cuál es el propósito de los atentoscopios y pida a las y los niños que practiquen enfocándolos en uno o dos objetos de la sala de clases. **Ahora vamos a repasar nuestras Reglas para Escuchar. Vamos a decir la regla y a hacer la acción todo el grupo.** Repase todas las reglas usando las tarjetas Reglas para Escuchar.

Pida al grupo que se pongan de pie dejando suficiente espacio para moverse. **Antes de empezar la lección, vamos a calentar nuestros cerebros. Vamos a jugar “Sigue, Sigue” con Títere Animado y Títere Tímido de nuevo. Hagan sus atentoscopios y digan “Enfocar la atención” para ponerlos a funcionar. Enfóquenlos en mí. Ahora retírenlos e imaginen que todavía están ahí. La regla 1 es hacer sólo lo que Títere Animado les diga que hagan. Repita la regla. Títere Tímido intentará confundirlos diciendo que hagan cosas también. Ignoren a Títere Tímido.** Practiquen el juego despacio.

1. Títere Animado: **Sigue, sigue. Levanten las manos muy alto.**
2. Dé tiempo para que las y los niños hagan la acción.
3. Títere Tímido: **Sigue, sigue. Tóquense las rodillas.**
4. Las y los niños siguen con las manos en alto y no obedecen a Títere Tímido.

Repitan el juego varias veces. Pregunte al grupo qué Habilidades para Aprender ayudaron a tener éxito en el juego.



Canten la “Canción del estudiante”. Canten la canción durante la semana. Pida a las y los niños que continúen usando los movimientos que aprendieron en las Semanas 1 y 2. La letra de la canción la encontrará al final de esta *Guía*.



Juegue un Reto Cerebro cada día de la semana. Consulte la ficha con la descripción del juego, ubicada después del Día 5 de esta semana.

Día 2: Historia y conversación

Materiales: foto de Semana 3, cartel Habilidades para Aprender

Muestre la Foto 3



Él es Noé. No ha empezado a hacer su trabajo. La niña que está en la misma mesa que él está ocupada haciendo su trabajo. Noé no enfocó la atención en su maestra, así que no escuchó lo que ella dijo. Ahora no sabe qué tiene que hacer.

1. **Piensen cómo se siente Noé.** Dé tiempo para pensar. Pregunte a una(o) o dos niñas(os) al azar. (Preocupado, triste, confundido, asustado). Después de cada respuesta, diga: **Levanten la mano si han tenido la misma idea.**
2. **¿Por qué creen ustedes que Noé no sabe qué tiene que hacer pero su compañera sí lo sabe?**

(No escuchó a la maestra. No recuerda lo que la maestra les dijo a todos que hicieran. No escuchó lo que la maestra dijo).

Noé no enfocó su atención ni escuchó a su maestra. Y ahora no sabe lo que ella dijo que hicieran.

- 3. Levanten la mano si a veces ustedes no recuerdan qué tienen que hacer.** Haga algún comentario sobre el número de manos levantadas.

Ahora imaginen que ustedes son Noé. Piensen en qué podría hacer Noé. Dé tiempo para pensar. Pregunte a uno(a) o dos niños(as) al azar. (Preguntar a otro niño. Levantar la mano y preguntar a la maestra.) Después de cada respuesta, diga: **Pongan la mano sobre la cabeza si han tenido la misma idea.**

Noé decide pedirle a la maestra que le diga otra vez qué tiene que hacer. Esta vez, él usa su atentoscopio. Lo pone a funcionar diciéndose a sí mismo “Enfocar la atención”. Usa sus ojos, oídos y cerebro para escuchar. Mira a la maestra y continúa pensando en sus palabras. Su maestra le pide a Noé que *repita*, o vuelva a decir, lo que dice ella. Esto lo ayuda a recordar qué tiene que hacer.

Escuchar es más que simplemente oír sonidos. Es pensar acerca de las palabras que se oyen y recordarlas. Noé usa muchas partes de su cuerpo para escuchar y recordar *instrucciones*. ¿Qué partes de su cuerpo usa? (Oídos, ojos, cerebro).

Toque esas partes de su cuerpo a medida que las y los niños las nombren. Señale “Escucha” y “Enfoca tu atención” en el cartel Habilidades para Aprender.

Día 3: Práctica de habilidades

Materiales: Títeres Tímido y Animado

Sigue, Sigue (Versión 2)

Vea más información en la página de Reto Cerebro, que está después de las actividades de esta semana.

Pida al grupo que se pongan de pie dejando espacio para moverse sin tocar a ningún compañero(a) ni ninguna cosa. **Vamos a jugar a “Sigue, Sigue” con Títere Tímido y con Títere Animado. Hagan su atentoscopio. Digan “Enfocar la atención” para poner a funcionar el atentoscopio. Enfóquense en Títere Animado. Ahora retírenlos e imaginen que todavía están ahí. La regla 1 es hacer sólo lo que Títere Animado les diga que hagan.** Repita la regla. **El Títere Tímido intentará confundirlos diciendo que hagan otras cosas. Ignoren lo que dice Títere Tímido.**

Practiquen el juego despacio. Como Títere Tímido o Títere Animado, pida a las y los niños que se toquen una o más partes del cuerpo.

Repitan el juego varias veces. Pregunte al grupo qué Habilidades para Aprender ayudaron a tener éxito en el juego. Reconozca la actitud de aquellos(as) que permanecieron enfocados(as) y siguieron las reglas.

- 1. Títere Animado: Sigue, sigue. ¡Levanten las manos muy alto!**
- 2. Dé tiempo para que las y los alumnos hagan la acción.**
- 3. Títere Tímido: Sigue, sigue. Digan sí con la cabeza.**
- 4. Dé tiempo. Las y los niños deben seguir con los brazos levantados y no obedecer a Títere Tímido.**

Día 4: Reto Cerebro

Sigue, Sigue (Versión 3)

Vea más información en la página de Reto Cerebro, que está después de las actividades de esta semana.

Pida al grupo que se pongan de pie dejando suficiente espacio para moverse. **Ahora ustedes practicarán cómo usar los oídos, los ojos y el cerebro para escuchar y seguir instrucciones en otro juego de Sigue, Sigue. ¡Esta vez, ustedes van a seguirme a mí!**

Para que sus cerebros trabajen un poquito más, les diré que toquen dos (o tres) partes del cuerpo. Y tenemos una regla nueva: Deben decir el nombre de las dos (o tres) partes del cuerpo antes de tocarlas. Repita la regla. **¡Repetir les ayuda a recordar las instrucciones! Así que pongan a funcionar sus atentoscopios y enfóquenlos en mí. Ahora retírenlos e imaginen que todavía están ahí.** Practiquen el juego despacio.

1. Inicie el juego diciendo a las y los niños: **Sigue, sigue.** Luego nombre las dos partes del cuerpo que deben tocar. No las toque usted en su cuerpo.
2. Las y los niños nombran y luego tocan las dos partes de su cuerpo.

¿Quién se dio cuenta de que el cerebro estaba trabajando duro en este juego? Cuando se usa el cerebro así, ¡uno se vuelve más inteligente!

Pida la grupo que tomen asiento. **Esta semana ustedes practicaron cómo escuchar y recordar qué tienen que hacer. Primero deben decir “Enfocar la atención” para poner a funcionar sus atentoscopios. También aprendieron que necesitan sus oídos, ojos y cerebro para escuchar y seguir instrucciones. Toquen las partes del cuerpo que necesitan para escuchar y seguir instrucciones.** Demuestre cómo señalar sus oídos, ojos y cerebro. **Repetirse las instrucciones a uno(a) mismo(a) ayuda. ¿Por qué?** (Repetir ayuda a recordar). **Las personas que saben aprender se repiten las instrucciones a sí**

mismos(as). La próxima vez que les pida que hagan algo, les pediré que se repitan a sí mismos(as) lo que yo diga.

Puede practicar la parte “Piensa” de Piensa, Voltea y Di con un tema de otra actividad de aprendizaje en la jornada escolar.

Día 5: Actividad

Material: hojas blancas o papel bond, lápices de colores

Pida a las y los niños que dibujen su propia cabeza en hojas blancas o en papel bond y que tracen flechas que apunten a las partes de su cabeza que usan para escuchar y seguir instrucciones.



Reto Cerebro: Sigue, Sigue (versión 2)

Preparación

Necesitará a Títere Animado y Títere Tímido. Después de haber indicado la regla, pida a las y los niños que hagan sus atentoscopios y digan “enfocar” para encenderlos. Pida que enfoquen sus atentoscopios, que los bajen y que imaginen que siguen ahí.

Reglas

La regla 1 es hacer lo que Títere Tímido les diga que hagan. Títere Animado intentará confundirles diciendo también que hagan cosas. Ignoren a Títere Animado.

Pasos

1. Como Títere Tímido: **Sigue, sigue. Tóquense la nariz.** Las y los niños se tocan la nariz.
2. Como Títere Animado: **Sigue, sigue. Tóquense la cabeza.**
3. Las y los niños no obedecen a Títere Animado y siguen tocándose la nariz.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria Operativa (MO) y Control Inhibitorio (CI)

- Haga que Títere Tímido nombre dos o más partes del cuerpo. (MO)
- Haga que Títere Animado dé dos instrucciones seguidas. (A, CI)
- Pida a las y los niños que toquen las partes del cuerpo en orden inverso. (MO, CI)



Reto Cerebro: Sigue, Sigue (versión 3)

Reglas

La regla 1 es decir dos partes del cuerpo antes de tocarlas.

Pasos

1. Inicie el juego diciendo a las y los niños: **Sigue, sigue.** Luego diga dos partes del cuerpo que deben tocar. No las toque usted en su cuerpo.
2. Las y los niños primero nombran, y luego se tocan, las dos partes del cuerpo.

Consejos

Primero sólo diga el nombre de la parte del cuerpo. Tocar y decir el nombre de las partes del cuerpo al mismo tiempo hace que sea más difícil para las y los niños sólo decir el nombre y después tocar las partes del cuerpo.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria Operativa (MO) y Control Inhibitorio (CI)

- Nombre y luego toque tres o más partes del cuerpo. (A, MO, CI)
- Nombre y luego toque dos partes del cuerpo en orden inverso. (MO, CI)

Seguir instrucciones

**¿Qué está aprendiendo mi hijo o hija?**

Está aprendiendo que repetirse instrucciones a uno(a) mismo(a) ayuda a recordar lo que hay que hacer.

¿Por qué es esto importante?

Ser capaces de recordar instrucciones y seguirlas ayuda a las y los niños a aprender mejor

Pregunte a su hijo o hija: ¿Qué puedes hacer para recordar mejor las instrucciones? Posibles respuestas: Escuchar. Usar las Reglas para Escuchar. Enfocar la atención. Usar un atentoscopio. Repetirme las instrucciones a mí mismo(a).

¿Qué partes del cuerpo tienes que usar para seguir instrucciones? Posibles respuestas: Oídos, ojos, cerebro.

Practiquen en familia

Antes de dar a su hijo o hija instrucciones para las actividades cotidianas, recuérdale que escuche y que se enfoque. Luego pídale que repita las instrucciones antes de empezar la actividad. Por ejemplo:

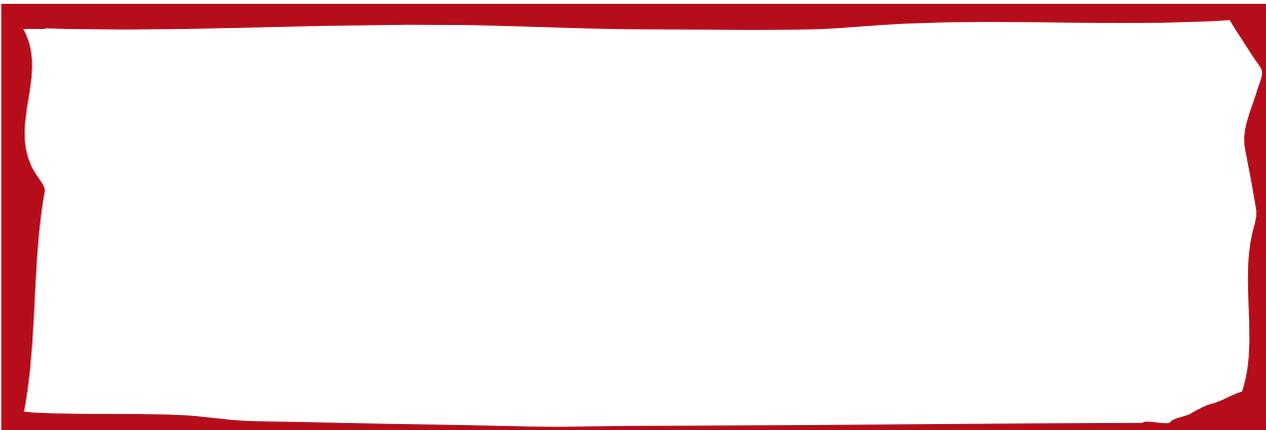
Tienes que escuchar y prestar atención a estas instrucciones. Espere a que se enfoque. Por favor, toma tu plato de la mesa y ponlo en el fregadero. Ahora repite en voz alta lo que te pedí que hicieras.

Actividad

Dé a su hijo o hija instrucciones básicas para dibujar una cara sonriente. Antes de darle las instrucciones, recuérdale que escuche, enfoque la atención y repita las instrucciones antes de empezar a dibujar. Diga una instrucción por vez. Ejemplos de instrucciones

1. Dibuja un círculo grande para hacer la cara.
2. Dibuja dos círculos pequeños para los ojos.
3. Dibuja un círculo para la nariz.
4. Dibuja un semicírculo para la boca.

Opción alternativa: Ahora cambien los papeles. Deje que su hijo o hija le dé instrucciones a usted para hacer un dibujo sencillo.



Nombre: _____ Fecha: _____

Firma de Familiares: _____