

Para empezar

Ideas principales

- Para enfocar la atención se usan los ojos, los oídos y el cerebro.
- La práctica les ayudará a enfocar mejor su atención.

Palabras clave

Atención, enfocarse/enfocar

Objetivo

Que las niñas y los niños:

1. Demuestren cómo enfocar la atención durante un juego.

Materiales para esta semana

- Día 1: Títere Niña, caja de sorpresas (cualquier caja con tapa en la que quepa el atentoscopio), atentoscopio (binoculares hechos de cartulina enrollada), “Canción de cómo aprender”; Flecha para el juego “¿Por dónde?”, copias del Enlace con el hogar de la Semana 3.
- Día 2: foto de la Semana 3.
- Día 4: un paño o un pañuelo, cinco objetos pequeños que sean claramente diferentes unos de otros
- Día 5: cuento con el tema de la semana.

¿Por qué es importante este tema?

Para tener éxito en la escuela, las niñas y los niños tienen que ser capaces de enfocar su atención. Todo aprendizaje requiere de prestar atención a lo que es importante en la clase. Prestar atención a las y los compañeros mientras juegan ayuda a llevarse bien entre ellos.

Notas para la y el docente

En esta lección se enseña cómo usar un “atentoscopio” para enfocar la atención. Consiste en poner las manos alrededor de los ojos para simular unos binoculares. Las manos impiden ver las cosas que hay a los lados y ayudan a enfocarse en el objeto que se está mirando. Niñas y niños forman atentoscopios y los enfocan en un objeto, retiran sus manos pero se mantienen enfocados(as).

Uso diario de habilidades

Pida a las niñas y a los niños que **ANTICIPEN** cómo pueden enfocar su atención para aprender.

Preste atención cuando enfoquen su atención y **REFUERCE** su comportamiento con comentarios específicos: **Están enfocando su atención mientras yo leo esta historia. Por como veo sus cuerpos y sus ojos, puedo decir que ponen toda su atención en mis palabras.**

- Demuestre cómo enfocar la atención.
- Recuérdeles que enfoquen su atención.

Pida que **REFLEXIONEN** acerca de cómo enfocaron su atención para 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: Títere Niña, caja de sorpresas (cualquier caja con tapa en la que quepa el atentoscopio), atentoscopio (binoculares hechos de cartulina enrollada), “Canción de cómo aprender”; Flecha para el juego ¿Por dónde?, copias del Enlace con el hogar de la Semana 3

Maestro(a): **La semana pasada conocimos a _____** (Títere Niña). Niña (entusiasmada, inquieta): **¡Hola! ¡Me gusta esta escuela! Ustedes me enseñaron a aprender a escuchar.**

Maestro(a): **¡Es cierto! Hemos aprendido las maneras en las que a través de nuestro cuerpo podemos escuchar. Vamos a practicar las Reglas para Escuchar.** Diga las reglas y muestre las acciones. Pida al grupo que imite lo que usted hace.

- **Ojos mirando.** Señale las esquinas de sus ojos.
- **Oídos escuchando.** Ponga sus manos detrás de sus oídos.
- **Boca callada.** Ponga el dedo delante de sus labios.
- **Cuerpo calmado.** Abraze su cuerpo con los dos brazos.

Bien, ahora quiero enseñarles una sorpresa. Saque la caja de sorpresas. Niña, brincando, trata de mirar dentro de la caja. **Veo que estás muy entusiasmada por ver qué hay en la caja. Pero antes de abrir la caja, tienes que seguir las Reglas para Escuchar.** Tranquílize a Niña. Luego refuerce su comportamiento. Retire a Niña y déjela junto a usted.

Me pregunto ¿qué habrá en la caja de sorpresas? Saque el atentoscopio lentamente. **Oh, miren esto. ¿Saben qué es?** Ponga el atentoscopio delante de sus ojos. **Esto es un atentoscopio. Cuando lo pongo delante de mis ojos, me ayuda a prestar atención, o a enfocarme en cosas importantes. El atentoscopio deja afuera las cosas que pueden distraer mi atención.**

Pueden hacer atentoscopios con las manos. Demuestre al grupo cómo hacerlo.

Enfoquen su atentoscopio en _____ (Niña). **¿Pueden ver a sus compañeros(as) que están junto**

a ustedes al mismo tiempo? (No). Ahora dejen a un lado sus atentoscopios, pero imaginen que todavía los tienen. Mantengan sus ojos mirando a _____ (Niña). Haga que el grupo practique con otros objetos del salón. **Pongan a funcionar sus atentoscopios imaginarios cada vez que necesiten enfocar su atención. Yo les recordaré que lo hagan.**



Enseñe las estrofas 1 y 2 de la “Canción de cómo aprender” y cántenlas. Vuelvan a cantar la canción cada día de esta semana. Encontrará la letra al final de esta *Guía*.



Jueguen el juego “¿Por Dónde?”, una o más veces a lo largo del día y continúen jugándolo durante la semana. Consulte la ficha con la descripción del juego ubicada después del Día 5 de esta semana. El símbolo que necesitará para jugar también se incluye después de la descripción. Fotocópielo antes de jugar.

Día 2: Historia y conversación

Materiales: foto de la Semana 3

¿Quién recuerda qué había ayer en mi caja de sorpresas? (Un atentoscopio). Correcto. ¡Ustedes aprendieron a hacer atentoscopios con sus manos! Hagan ahora su atentoscopio. Demuestre cómo hacer un atentoscopio. Pida al grupo que mire tres objetos diferentes en el salón. **Ahora enfóquense en mi cara. Dejen a un lado sus atentoscopios, pero imaginen que todavía los tienen. Puedo ver todos sus ojos mirándome. Mantengan su atención enfocada en mí mientras les cuento una historia.**

Pregunte al grupo qué es lo que ve y cree que sucede en la foto. Pregúnteles también cómo creen que se siente el niño de la foto. Señale los elementos de la historia. **Él es Álvaro. Está en la clase de arte, y**

Muestre la Foto 3



a él le gusta mucho esa clase. El maestro le está dando instrucciones para hacer una pintura con una esponja. Es la primera vez que Álvaro va a pintar con una esponja. Quiere aprender cómo hacerlo. El maestro dice: “Primero moja la esponja en la pintura. Luego apriétala con suavidad sobre el papel”. Álvaro mira y escucha al maestro.

1. **Miren con atención. ¿Está Álvaro siguiendo las Reglas para Escuchar?** Pida a un niño o niña que se acerque y que señale los ojos de Álvaro que están mirando al maestro. Repita la actividad con las otras Reglas para Escuchar.
2. **Si creen que Álvaro está prestando atención a las instrucciones del maestro, tóquense la cabeza. Si creen que él sabe usar un atentoscopio, den una palmadita en su espalda.**
Cuando enfocan su atención en algo, están usando su cerebro (toque su cabeza) **y sus ojos** (ponga un dedo en la esquina de sus ojos). **Enfocar la atención les ayuda a aprender. Y aprender ayuda a que su cerebro se desarrolle.**
3. **El maestro de la historia estaba dando instrucciones para hacer una pintura con una esponja. ¿Quién recuerda qué es lo primero que hay que hacer?** (Mojar la esponja en la pintura). **Si están de acuerdo, aplaudan dos veces. ¡Qué bien! ¡Estaban prestando atención!**

Día 3: Práctica de habilidades-Actividad 1

Veo, veo (grupo grande, Objetivo 1).

1. Pida al grupo que se sienten en el piso. Recuérdeles que sigan las Reglas para Escuchar. Pídales que hagan atentoscopios con sus manos.
2. Nombre un objeto para que lo miren. **Veo, veo el reloj con mi atentoscopio.**
3. Pida al grupo que busque el objeto y se enfoque en él.
4. Pídales que se fijen en algún aspecto del objeto. **¿Qué forma tiene el reloj?**
5. Preste atención y refuerce el comportamiento de quienes realmente están enfocando su atención: **Mantuviste los ojos en el reloj. Realmente has estado enfocando tu atención.**
6. Repita el juego algunas veces más con diferentes objetos. Cuando las y los niños se acostumbren a usar sus atentoscopios, pídeles que dejen de usarlos, pero que sigan enfocando su atención en el objeto.

Día 4: Práctica de habilidades-Actividad 2

¿Qué falta? (grupo pequeño, Objetivo 1).

Materiales: un paño o un pañuelo, cinco objetos pequeños que sean claramente diferentes unos de otros

1. Pida al grupo que se sienten alrededor de una mesa. Coloque tres objetos sobre la mesa.
2. Describa el juego. **Miren con atención estos objetos. En un momento, voy a taparlos con un pañuelo y voy a quitar uno sin que ustedes lo vean. Luego, cuando levante el pañuelo, ¡ustedes tendrán que decirme cuál falta!**
3. Pida que hagan sus atentoscopios y que estudien los objetos.

4. Tape los objetos con el pañuelo y retire uno sin que nadie se dé cuenta.
5. Levante el pañuelo para mostrar de nuevo los objetos y pídale que le digan cuál falta.
6. Preste atención y refuerce el uso de las habilidades de atención: **¡Qué bien! Han recordado exactamente cuál faltaba. Realmente estaban prestando atención.**
7. Repita el juego varias veces, añadiendo objetos o sustituyendo uno o más con objetos diferentes a medida que juegan.
8. Pruebe a jugar el mismo juego pidiendo que enfoquen su atención sin usar sus atentoscopios.

Día 5: Actividad

Materiales: cuento con el tema de la semana

Lea al grupo un cuento relacionado con el tema de esta semana.



Reto Cerebro 2: ¿Por Dónde?

Preparación

El símbolo que necesitará para jugar este juego está en la página siguiente. Fotocópielo antes de jugar. Pida al grupo que se pongan de pie dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es observar hacia dónde señalan mis brazos.
- La regla 2 es señalar con sus brazos en la misma dirección.

Pasos

1. Colóquese frente al grupo.
2. Estire los dos brazos señalando en la misma dirección (arriba, abajo, izquierda o derecha).
3. Espere a que el grupo señale con sus brazos en la misma dirección.
4. Repita los pasos 2 y 3 con direcciones diferentes.

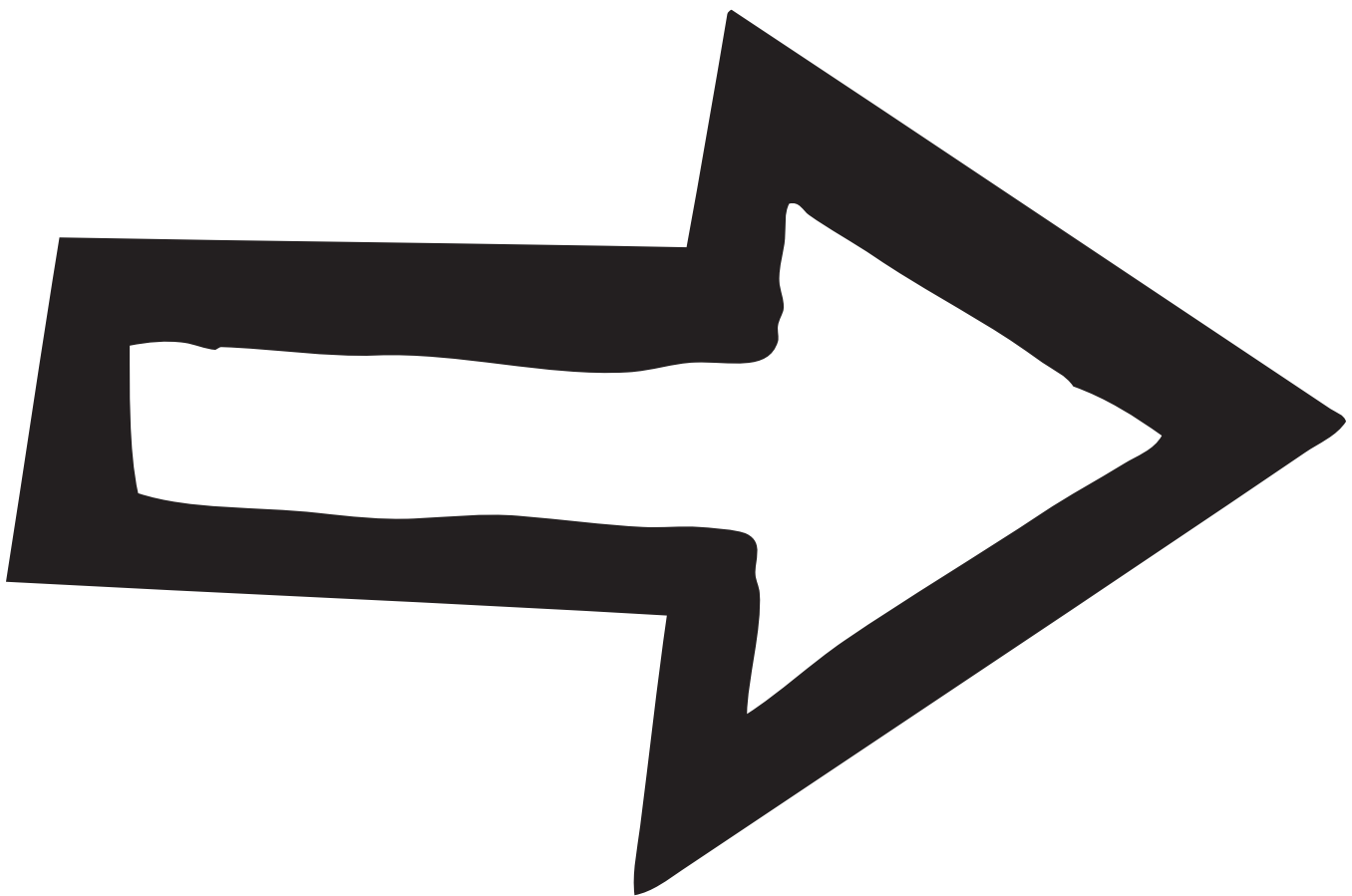
Consejos

- Juegue durante sólo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que el grupo se acostumbra al juego.
- Use el juego para atraer la atención del grupo a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

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

- Repita la misma dirección un determinado número de veces. Pida al grupo que haga lo mismo. (A, MO)
- Indique dos o más direcciones seguidas. Pida que hagan lo mismo. (A, MO)
- Mueva los brazos en direcciones opuestas. Pida que hagan lo mismo. (A, MO)
- Use una indicación verbal con un movimiento o en vez del mismo. Diga: Arriba/Abajo o Por aquí/Por allá. (A, MO)
- Use un símbolo (vea la flecha en la página siguiente) para indicar la dirección. (A, MO)
- Use un símbolo (vea la flecha en la página siguiente) y una indicación verbal. (A, MO)
- Pida que no se muevan hasta que no vean el símbolo y/o no oigan su indicación verbal. (A, MO, CI)
- Señale con sus brazos hacia una persona o un objeto específico (por ejemplo, una mesa, el reloj o la puerta). Luego pídale que nombren la persona o el objeto y que hagan la acción. (A, MO, CI)
- Pida a un(a) niño(a) que diga en qué dirección quiere que señalen sus brazos. Haga la acción. Pida al resto del grupo que haga la acción. (A, MO, CI)



Enfocar la atención

Tema

Su hijo o hija está aprendiendo cómo enfocar su atención haciendo un atentoscopio. Esto ayuda a dejar afuera cosas que pueden distraer la atención. Enfocar la atención ayuda a que aprendan tanto en la escuela como en la casa.

Para hacer y usar un atentoscopio, hay que hacer lo siguiente:

- Poner las manos alrededor de los ojos.
- Usar los ojos, los oídos y el cerebro para mantener la atención enfocada.
- Retirar las manos pero imaginar que todavía están ahí.

Juego

Juegue un juego con él o ella. Practiquen enfocar la atención mientras organizan las compras. Necesitará una bolsa de supermercado con cuatro o más artículos.

Repasen cómo hacer y usar un atentoscopio. Diga: **Vamos a jugar ¿Qué hay de nuevo? Saque dos artículos de la bolsa. Usa tu atentoscopio y mira con atención estas dos cosas. Ahora cierra los ojos.**

Saque un artículo nuevo y póngalo con los otros dos artículos. Ahora abre los ojos. ¿Puedes decirme que hay de nuevo?

Repita el juego hasta que todos los artículos estén fuera de la bolsa.

Historia



La historia de esta semana es sobre Álvaro. Álvaro está enfocando su atención en su maestro mientras él le explica cómo hacer una pintura con una esponja. Pregunte a su hijo(a) sobre esta historia.

- **¿Qué ves en esta foto?**
- **Muéstrame qué está haciendo Álvaro para enfocar su atención.**
- **Señala ejemplos de cómo Álvaro está siguiendo las Reglas para Escuchar para enfocar su atención**

Vamos a practicar cómo hacer un atentoscopio para enfocar la atención. Practique con él o ella cómo hacer un atentoscopio.

Nombre: _____

Fecha: _____

Firma de Familiares: _____