**TAREA COMPETENCIAL PARA LA MEJORA DE LA FUNCIÓN EJECUTIVA**

1. **DATOS DEL ALUMNO**

Son dos alumnos diagnosticados de dificultades de aprendizaje por capacidad límite y problemas de atención, con N.E.E. Son atendidos por la especialista de P.T. durante este curso escolar.

1. **OBJETIVOS**

El objetivo principal es contribuir a la mejora del funcionamiento ejecutivo en niños con problemas de atención, para favorecer su desarrollo y adaptación personal y académica. Podemos operacionalizar este objetivo general en los siguientes objetivos específicos:

* Mejora de la capacidad de inhibición comportamental, frenando las conductas salientes en favor de otras más reflexivas, elaboradas y adecuadas de acuerdo a la situación.
* Mejorar la capacidad de autorregulación: planificación, implementación y automonitorización de conductas. Es decir mejorar la capacidad de establecer objetivos, trazar planes para lograrlos y supervisar su propio plan mientras está siendo puesto en práctica, para corregir sus errores.
* Mejorar la capacidad de inhibición de información interferente.
* Mejorar la flexibilidad cognitiva.
* Favorecer la capacidad para evocar información y el uso de estrategias de organización y recuperación de la información verbal.
* Mejorar la eficacia de la memoria de trabajo, ampliando la cantidad de unidades de información que los niños pueden manipular mentalmente; y mejorar el uso estratégico de la misma. Tanto de la modalidad verbal como visual.
* Mejorar el control atencional, en las siguientes modalidades:
* Focalización, la capacidad de centrar el foco atencional en determinado estímulo o tarea.
* Sostenimiento de la atención en determinados estímulos o tarea: mejorar la concentración.
* La división de los recursos atencionales: su distribución de forma simultánea entre diferentes campos estimulares o tareas.
* La alternancia: el cambio flexible del foco atencional de unos estímulos a otros, o de una a otra tarea.

**ATENCIÓN SELECTIVA.**

1. Identificar estímulos dentro de un conjunto.

2. Comparar estímulos dentro de un conjunto.

3. Identificar estímulos dentro de series.

4. Reconocer estímulos en el plano o en el espacio.

5. Reconocer palabras o frases que cumplan unas condiciones dadas

**ATENCIÓN MANTENIDA.**

6. Reproducir totalmente o en parte modelos iguales u opuestos a otros dados.

7. Retener mentalmente elementos o modelos para reproducirlos o asociarlos con otros.

8. Colocar en un orden determinado los elementos de un conjunto conocido.

9. Establecer relaciones entre elementos de acuerdo con unas condiciones.

**RELAJACIÓN.**

10. Relajar progresivamente su cuerpo mediante tensión-distensión muscular hasta conseguir automatizarlo.

**AUTOCONTROL.**

11. Permanecer un tiempo continuado en la tarea sin interrupción.

12. Planificar sus trajo mediante Autoinstrucciones.

**3. ACTIVIDADES**

1. **Identificar estímulos dentro de un conjunto.**

- Reconocer letras, cifras, símbolos o dibujos.

- Reconocer letras para formas palabras, cifras para formar números, símbolos.

- Localizar las veces que se repite un elemento (palabra, número, figura geométrica, símbolo, dibujo,…) en un conjunto.

- Elegir entre varios elementos desordenados (sílabas, terminaciones, palabras, números, figuras geométricas, símbolos, dibujos, etc..) los que figuran en un modelo dado.

2. **Comparar estímulos dentro de un conjunto.**

- Reconocer palabras, números y otros elementos que tengan una determinada característica.

- Señalar palabras, números y otros elementos iguales o diferentes dentro del mismo conjunto.

- Localizar los elementos que se repiten o que faltan en dos o más conjuntos independientes.

- Hallar las diferencias o semejanzas que existen entre dibujos.

3. **Identificar estímulos dentro de series.**

- Proseguir series de letras, números, símbolos, dibujos, etc, dados los primeros elementos.

- En una sucesión de elementos, identificar todos los que pertenecen o no a la serie o son erróneos.

- Elegir elementos para completar palabras, números o figuras.

4. **Reconocer estímulos en el plano o en el espacio.**

- Unir puntos siguiendo unas instrucciones.

- Trazar líneas o itinerarios siguiendo unas instrucciones.

- Construir puzles con letras, números o figuras.

5. **Reconocer palabras o frases que cumplan unas condiciones dadas:**

- Localizar palabras sinónimas a unas dadas.

- Señalar antónimos de palabra conocidas.

- Identificar objetos, palabras, ideas principales, detalles importantes, a partir de unas instrucciones.

6. **Reproducir totalmente o en parte modelos iguales u opuestos a otros dados.**

- Copiar o calcar dibujos iguales o simétricos con cierta precisión.

- Construir o completar modelos diversos partiendo de los elementos que los constituyen.

7. **Retener mentalmente elementos o modelos para reproducirlos, asociarlos o categorizarlos.**

- Reproducir fielmente un modelo una vez visto y memorizado.

- Emparejar elementos iguales a otros que se han visto y se retienen en la memoria.

8. **Colocar en un orden determinado los elementos de un conjunto conocido.**

- Ordenar conjuntos de elementos diversos de acuerdo con unos criterios.

- Secuenciar los pasos de un proceso conocido para poder aplicarlo.

9. **Establecer relaciones de elementos dados atendiendo a diversos criterios.**

- Atribuir propiedades a elementos aislados o en comparación con otros.

- Establecer clasificaciones de elementos dados atendiendo a diversos criterios.

10. **Relajar progresivamente su cuerpo mediante tensión-distensión muscular hasta conseguir automatizarlo.**

- Relajar progresivamente, cabeza, tronco y extremidades de manera inducida hasta que el niño lo realice solo.

11. **Permanecer un tiempo continuado en la tarea sin interrupción**

- Permanecer sentado periodos de 25 minutos e ir subiendo progresivamente hasta finalizar la tarea.

12. **Planificar sus trajo mediante Autoinstrucciones y autoevaluarlo.**

- Realizar diferentes pasos para la ejecución de las actividades siguiendo el esquema del “Amigo Lápiz”, primero de manera externa hasta que lo interiorice de forma automática.

- Al finalizar las tareas, enumerar las actividades y puntuar su ejecución, 1 Mal, 2 Regular, 3 Bien, 4 Muy Bien, 5 Genial.

**13. Actividades de relajación**

1- Actividades dirigidas a contraer-disternir los miembros superiores.

- Levantar los brazos, manos, muñeca.... y luego dejarlos caer, primero los dos, luego uno solo y finalmente el otro.

- Extender los brazos lateralmente e ir distendiendo por este orden los elementos corporales de los mismos: mano, dedos, muñeca, antebrazo, brazo.

- Flexionar y luego distencionar y relajar dedos y muñeca.

- Presionar sobre el suelo o alfombre y distender mano, muñeca, antebrazo, codo, brazo, el miembro globalmente.

2. Actividades dirigidas a contraer-distender los miembros inferiores.

3. Actividades dirigidas a contraer - distender los miembros superiores e inferiores.

4. Actividades dirigidas a distender los músculos del tronco.

5. Actividades dirigidas a contraer-distender los músculos de la cara, el cuello y la nuca.

**14. Estrategias atencionales que puede emplear.**

* Revisar las tareas.
* Mirar bien las cosas
* Trucos para evitar la distracción
* Atención auditiva
* Cómo atender mejor a una tarea.
* Hablarse a sí mismo (autoinstrucción).
* Pensar
* Atender a las imágenes y a las palabras
* Atender a una sola cosa, centrar la atención
* Atender ¿a qué atiendo?
* Mirar bien y contestar
* Cómo atender mejor: comparación visual

**15. Entrenamiento conductual cognitivo**

* Se realizará la tarea verbalizando instrucciones en voz alta.
* Realizar la tarea siguiendo las instrucciones que da el/la profesor/a en voz alta.
* El/la alumno/a realiza la tarea siempre mientras se proporciona instrucciones a sí mismo/a.
* El/la alumno/a se cuchichea a sí mismo/a las instrucciones apenas audibles hasta hacerlas a un nivel encubierto.

Una vez aprendida la técnica de las autoinstrucciones deben intercalarse autorefuerzos también verbalizados inicialmente y luego encubiertos como: “esto me sale bien “, “correcto, así es “, “ya pensaba yo que sería así “. También las autoinstrucciones deben contener alternativas de dominio del fracaso: “No he recordado llevarme una en esta columna, bueno, no importa, la repasaré y prestaré mayor atención en las siguientes “y también autoelogio por el nuevo intento: “He sido capaz de rectificar y eso me alegra. Voy a continuar con mayor atención.

**16. Adquisición y mejora de las habilidades de ejecución**

* + Me mantendré cerca del niño visual y físicamente.
  + Evitaré, en la medida de lo posible, distractores.
  + Favoreceré y potenciaré la autonomía de trabajo.
  + Acordaré “hitos” para centrar su atención: expresiones verbales, gestos, etc.
  + Las explicaciones serán breves, con división en subtareas y ejemplificaciones familiares; habrá que asegurar su atención al inicio y durante el proceso.
  + Me acercaré sistemáticamente al alumno con el fin de facilitar la supervisión y la consulta de dudas.
  + Progresivo marcaje de tiempos y sub-tareas que debe tener realizadas. Ampliaciones progresivas.
  + Secuenciaré las actividades graduándolas en función de las curvas de fatigabilidad.
  + Intentaré respetar los tiempos de respuesta lentos del alumno.

**17. Entrenamiento en tareas de solución de problemas y tareas para conseguir el autocontrol mediante mecanismos de pensamiento secuencial de tareas.**

**ENTRENAMIENTO AUTOINSTRUCCIONAL (de tareas muy sencillas a otras más complejas).**

* Enseñaré y ensayaré la aplicación de la verbalización asociada a la acción. Que verbalice la explicación y los pasos para resolver la tarea a realizar antes y durante la realización.
* Definición de la tarea. ¿QUÉ TENGO QUE HACER? LEO Y PIENSO
* Estructurar o aproximar la tarea. ¿CÓMO LO VOY A HACER?
* Focalizar la atención. TENGO QUE TRABAJAR ATENTO, PENSAR SOLO EN ESTO Y TENER EN CUENTA TODO.
* Elección de la respuesta. DOY UNA RESPUESTA
* Evaluación. Respuesta correcta: GUAY, HE TRABAJADO BIEN. Respuesta incorrecta:
* HAY ALGÚN FALLO, REPASO TODO POCO A POCO. LA PROXIMA VEZ ME SALDRÁ MEJOR.

**18. Modelado**

1. MODELADO COGNITIVO: Maestro realiza las tareas hablando en voz alta los pasos. Niño observa.

2. GUÍA EXTERNA: Niño realiza la tarea, dando las instrucciones el maestro.

3. AUTOGUÍA MANIFIESTA: El niño realiza la tarea dándose instrucciones en voz alta.

4. MODELADO: Maestro modela la realización de la tarea, mientras susurra las instrucciones que sigue el niño.

5. AUTOGUÍA MANIFIESTA ATENUADA: el niño ejecuta las tareas susurrando las autoinstrucciones.

6. AUTOINSTRUCCIÓN ENCUBIERTA: el niño utiliza el lenguaje interno para guiar el proceso.

1. **METODOLOGÍA**

* Procuraremos que en los pupitres estén solamente los materiales indispensables para el trabajo que se vaya a realizar.
* Simplificaremos las instrucciones sobre la tarea y pediremos al niño que las repita.
* Proporcionaremos, antes de la explicación, un listado de conceptos “clave” para ayudarle a focalizar la atención y extraer la información principal.
* Promoveremos su participación activa:
  + Ayudante en la instrucción, escribiendo palabras o ideas en la pizarra...
  + Motivarlo para elaborar imágenes mentales, plantearle preguntas sobre estas imágenes a fin de asegurarse de que está visualizando el material.
  + Actividades de juego de roles dirigidas al aprendizaje de conceptos nuevos, acontecimientos históricos, fenómenos sociales...
* Plantearemos preguntas frecuentes durante las explicaciones y le ofreceremos retroalimentación inmediata de sus respuestas.
* Mantendremos el contacto ocular frecuente.
* Utilizaremos claves y señales no verbales para redirigir su atención durante las explicaciones.
* Simplificaremos las instrucciones.
  + Estableceremos el tiempo durante el cual el niño puede actualmente mantener su atención centrada en la tarea. Reforzaremos e iremos aumentando progresivamente su esfuerzo en lugar de reñirle o forzarle por medios impositivos.
  + Segmentaremos las tareas complejas en fases, marcaremos un tiempo prudente para terminar cada fase, le alabaremos cada vez que alcance el objetivo marcado y le pediremos que siga a continuación con la siguiente fase.
  + Evitaremos hacer comentarios sobre sus conductas de falta de atención. En su lugar, suministrarle claves verbales discriminativas que le instiguen a reflexionar sobre su forma de comportarse: “recuerda qué es lo que tenías que hacer” o “¿estás terminando ya tu trabajo?”.
  + Procuraremos que las actividades no sean largas.
  + Buscaremos, en la medida de lo posible, cuadernos de actividades con formato sencillo. Sin dibujos no relacionados con la tarea, incluyendo una o dos actividades por página, dejando espacios en blanco entre ellas.
    - * Pondremos un horario sistemático en la pared más visible del aula.
      * Explicaremos con antelación los cambios inesperados.
      * Utilizaremos claves visuales y auditivas para indicar que la tarea va a terminar y se va a comenzar una actividad nueva. Manejar de forma rápida y organizada los cambios de actividad.
      * Explicaremos lo que se desea que haga el alumno y no lo que no se desea. Alabanzas específicas y no frases hechas de carácter general. Ej. : “Juan, estoy muy contento porque has estado quieto en tu mesa trabajando en los problemas de matemáticas”, mejor que “eres un buen chico”.
      * Recordaremos de forma breve y concreta las normas.
      * Mantendremos un estilo positivo de interacción.

1. **MATERIALES Y RECURSOS**

* Materiales de elaboración propia
* Juegos variados
* Actividades on line: 9 letras, jclic…
* Programa Fíjate y concéntrate.
* Tarjetas y paneles.
* Cuadernos de trabajo.

1. **ESPACIO-TIEMPO**

La realización de este programa tendrá lugar en el Aula de Pedagogía Terapéutica, 1 sesión a la semana, salvo actividades puntuales que se realizarán con su grupo- clase en coordinación con el/la maestro/a implicado/a. Se llevará a cabo durante el presente curso.

1. **EVALUACIÓN**

**A. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

Los procedimientos de evaluación hacen referencia al método que se utiliza para la obtención de la información; el instrumento se refiere al recurso específico que se emplea. Para la presente Programa se van a utilizar los siguientes **instrumentos de evaluación en función del procedimiento empleado:**

* Observación sistemática:
* Registro de observación por tablas.
* Registro de observación de las actividades realizadas en clase.
* Registro anecdótico.
* Exploración a través de preguntas que le formulo durante la clase.
* Diario de aula
* Análisis de las producciones
* Cuaderno de clase
* Textos escritos y procedimientos orales, musicales, plásticos y motrices.
* Resolución de ejercicios.
* Trabajos y desempeños
* Portafolio
* Pruebas específicas
* Pruebas objetivas
* Exámenes y controles orales o escritos.
* De intercambios orales
* Exposiciones y puestas en común
* Diálogo
* Entrevistas

- Se intentarán guías o claves de autoevaluación.

- Se elaborará un informe anual de carácter fundamentalmente descriptivo (no valoraciones meramente cuantitativas).

**B. INDICADORES DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **SI** | **EN PROCESO** | **NO** |
| 1**. Mantiene la atención en el desarrollo de las sesiones:** |  |  |  |
| * 1. Mantiene la atención durante la explicación de una actividad. |  |  |  |
| 1.2. Mantiene la atención durante el desarrollo de una actividad. |  |  |  |
| 1.3. Mantiene la atención durante el desarrollo de varias actividades. |  |  |  |
| **2. Utiliza las autoinstrucciones como modo de regulación y resolución de las tareas.** |  |  |  |
| 2.1. Verbaliza y define el problema o tarea a realizar. |  |  |  |
| 2.2. Estructura y se aproxima a la tarea a realizar. |  |  |  |
| 2.3. Focaliza la atención. |  |  |  |
| 2.4. Elige de entre las diferentes vías de resolución una y la realiza. |  |  |  |
| 2.5. Aplica autorrefuerzos. |  |  |  |
| 2.6. Rectifica ante los errores cometidos. |  |  |  |
| 3. Leer enunciados de actividades asimilando la información a realizar. |  |  |  |
| 4. Interioriza y utiliza pasos que le ayudan a organizar su pensamiento cuando se enfrenta a tareas. |  |  |  |
| 5. Da buen uso de los materiales y está pendiente de sacarlos, recogerlos… sin perderlos ni deteriorarlos. |  |  |  |
| 6. Utiliza correctamente la agenda. |  |  |  |