

USAER NO. 96

Atención selectiva y sostenida

La atención es uno de los procesos cognitivos básicos más importantes para que se dé el aprendizaje, es el responsable junto con la percepción de filtrar información y seleccionar aquello importante que captamos del medio, además ayuda a la adaptación interna del organismo en relación con demandas externas del medio en que nos desenvolvemos, de ahí la importancia de entrenar la atención desde edades tempranas, logrando con ello, focalizar, prolongar y mantenerse en actividades con diferentes niveles de exigencia intelectual.

El proceso de la atención se desarrolla cuando se es capaz de seleccionar lo relevante de lo que captamos a través de nuestros sentidos y mantenernos en aquello que demanda mayor tiempo hasta cumplir o llegar a un objetivo (atención selectiva y sostenida).

El proceso de atención también está relacionado con la capacidad de las personas de poder mantenerse en calma ante situaciones que lo requiere, desarrollar y fortalecer el autocontrol, por ello es un proceso cognitivo importante en el desarrollo pleno e integral del ser humano.

En un contexto escolar donde se favorece la atención a través de actividades lúdicas, innovadoras y que capten el interés de los alumnos, resulta ser muy importante ya que con ello se contribuye a desarrollar habilidades que no solo impactan en el ámbito académico sino también en el socioemocional permitiendo que los alumnos desarrollen capacidades emocionales que les permite autorregularse y controlarse ante situaciones que les genera inestabilidad, por ejemplo aquella donde aparece la frustración y el enojo.

El material que a continuación se describe favorece el desarrollo, fortalecimiento y mantenimiento de la atención.

Nivel: Preescolar

Área de desarrollo personal y social: Educación socioemocional

Dimensión: Autoconocimiento.

Habilidad: Atención

Indicador de logro: Reconoce cuando necesita estar en calma.

Actividades para favorecer la atención

Tipo de atención: selectiva y sostenida.

Materiales:

- ❖ Dibujos o imágenes de revistas, propaganda o de internet.



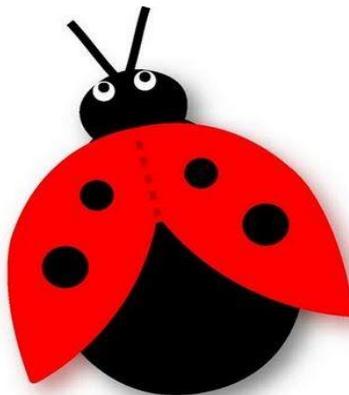
- ❖ Colores, lápiz, pluma, tijeras.



- ❖ Hojas blancas.

Elaboración del material.

1. Buscar imágenes o dibujos grandes, llamativos y con pocos elementos, en internet, revistas o propaganda (material reciclable) y recortarlos.



2. Dibujar en una hoja blanca la imagen (solo los contornos).



Descripción de la actividad.

- ❖ Presentar el dibujo coloreado al alumno, proporcionarle el mismo sin colorear.

- ❖ El alumno debe fijarse en el dibujo con colores para poder colorear igual, es decir reproducir el modelo presentado (Verificar que haya comprendido la consigna, a través de preguntas como: ¿De qué color va esta parte (señalar el dibujo)?).



- ❖ Se puede ir aumentando el número de características y colores de las imágenes a utilizar una vez que el alumno ha logrado concluir de forma satisfactorias las imágenes sencillas.



Elementos importantes a considerar.

- ❖ Realizar preguntas respecto a los colores utilizados, partes de la figura o imagen.

- ❖ Si el alumno coloreo una parte con un color distinto al del dibujo, es importante que lo ayudemos a encontrar el error de forma positiva, a través de preguntas, y con comentarios como: “en el siguiente dibujo puedes hacerlo mejor solo tienes que poner mucha atención”.
- ❖ Dar estrategias para el seguimiento visual (marca con un punto en la imagen de colores la parte que estas coloreando).
- ❖ Es importante considerar si el alumno permanece en la actividad hasta concluirla o requiere de dividir el ejercicio en pequeños objetivos esto para medir los avances en cuanto al mantenimiento y focalización de la atención.

Elsa Alberto Antonio
Psicóloga
USAER NO. 96