

TÍTULO : Manejo del tiempo con la estrategia de la pelota mágica #0355

AUTOR: Mariana Leñero Solar

GRADO Y EDAD: Prescolar y primaria – 4 a 6 años

DESCRIPCIÓN:

Esta estrategia sirve para el autocontrol del cuerpo, los impulsos y la atención. Tiene como fin que el niño pare una conducta. La estrategia es parecida a la presentada en el documento #0057- Regular la atención y la conducta con la estrategia del semáforo.

ÁREAS DE APOYO Y PALABRAS CLAVES:

- ✓ Procesos de atención y autocontrol de la conducta
- ✓ Monitoreo de la conducta
- ✓ Inhibición de acciones
- ✓ Lenguaje interno
- ✓ Anticipación y planeación
- ✓ Responsabilidad
- ✓ Madurez emocional

MATERIAL:

Una pelota, una varita mágica o algún objeto que le sea significativo (Ejemplo del contrato).

IMPORTANTE:

- ✓ Cuanto más rápido se les proporcionen a los niños estrategias a los niños para que tengan mayor conciencia de por cuánto tiempo, cuándo y cómo regular su atención y conducta, se podrá lograr que paren una conducta y así, evitar problemas de inatención e inquietud.

EXPLICACIÓN-METODOLOGÍA

❖ **Estrategia: explicación**

- La estrategia es parecida a la del semáforo (Actividad #0057) en el sentido de que a la pelota (u objeto escogido) se le asociará una actividad que se desea se cumpla, es decir, quien tiene la pelota tiene el turno de hablar o hacer lo que se pide.
- A diferencia del semáforo, en este caso, se puede asignar a la pelota o al juguete una responsabilidad que pueden escribir en un inicio, y que servirá como una lista de deberes que necesitan revisar cuando a la actividad le corresponda la pelota o el juguete elegido.

- Usaremos el ejemplo para hacer una tarea porque es un buen momento para regular conductas de inatención, inquietud, fatigabilidad o dependencia.
- Además de los objetivos que pueden ver en la estrategia del semáforo (Actividad #0057), usando esta forma, estamos ayudando al niño de las siguientes maneras.
 - a) Desarrollarán habilidades para ir regulando por ellos mismos su conducta y atención, es decir, en dónde, en qué, cuándo, por cuánto tiempo prestan atención, se mantienen trabajando, sentados, callados, etc.
 - b) Permitirá que a través del uso de claves visuales les eviten estar repitiendo una orden o estar guiándolos constantemente.

Los ayudamos, también, a que comiencen a:

- a) Usar listas de deberes también llamadas *check list*.
- b) Automatizar pasos que requieren varias acciones.
- c) Utilizar técnicas de memoria al adjudicarle una lista de deberes a cada objeto.

❖ **Comencemos: Cómo explicarle y proceder con el niño.**

- Elije la pelota o el juguete que podamos tener en la mesa al hacer la tarea. Este juguete te va a ayudar a recordar. (Elijan una opción dependiendo de sus necesidades o lo pueden complejizar posteriormente usando dos objetivos):
 - a) Que estés atento y sentado hasta terminar la tarea.
 - b) Que puedes hacerlo solo sin necesitar mi ayuda todo el tiempo.
 - c) Que tienes que trabajar más rápido porque se te va a acabar el tiempo.
 - d) Que necesitas revisar las instrucciones antes de preguntar, o que tienes que corregir la tarea antes de decir que ya terminaste, etc.
- Cuando ya lo haya elegido, pueden hablar de la pelota o el juguete y por qué lo eligió y recordar lo que dijo para luego procurar asociarlo a la actividad.
- Con esta pelota vamos a trabajar en alguna tarea, no importa qué materia sea, pero tenemos que cumplirla en una hora o una hora y media (depende del tiempo que tienen de tarea, aunque recomiendo que no sea más).
- Esta pelota te recordará las cosas que espera de ti. (Todo dependerá de la edad):
 - a) Revisar la libreta de tareas.
 - b) Revisar cuáles libros de texto necesito.
 - c) Dividir lo que tengo que hacer en tres.
- Esta pelota te tiene que recordar.
 - a) Guardar los cuadernos que ya terminé de usar.
 - b) Letra y fechas.
 - c) Tiempo cumplido y lo que me queda.
- Cuando tengas la pelota será tu turno, si vemos que te estás distraendo la voy a tocar o alejar de ti. ¿Sale? Vamos a practicar.

❖ Conclusiones y recomendaciones

- Como ven, estas son claves que le ayudarán a irse dando cuenta de regular su conducta, su atención, fomentar su independencia...
Recuerda que si yo veo que te está costando trabajo mantenerte sentado, te diré "pelota" o te lo señalaré y tú te acordarás que la regla es estar sentado o terminar la tarea.
- Como les comento pueden usar otro reto y en otra actividad, pero recuerden lo siguiente:
 1. Escoger la pelota o el estímulo que el niño desee ayuda a crear conciencia del significado del objeto
 2. Que el niño sea el que manipula la pelota, lo motivará más que si solo ustedes lo dicen con palabras o lo señalan. Funciona como una clave más efectiva que varias palabras.
- También les recomiendo que cuando pongan en práctica la estrategia:
 3. Hablen del tema y de lo que esperan, es decir, del reto a cumplir.
 4. Explíquenlo y si es necesario actúenlo.
 5. Practiquen hasta que sientan que ya se entendió y sean constantes.

Sean constantes, si no lo usan posteriormente es porque funciona y la conducta ya no aparece, pero no dejen de usarlo porque se les olvidó. Sean constantes aunque al inicio no funcione o al final parezca que ya no tiene efecto.