

Programa de Estimulación Cognitiva para el trabajo de la atención en el aula de Educación Infantil

Autor: Subirana Pacheco, Aurora Carmen (Maestra. Especialidad en Educación Infantil y Primaria con Mención en Lengua Extranjera Inglés, Maestra en Educación Infantil y Primaria).

Público: Maestros de Educación Infantil y Primaria. **Materia:** Desarrollo cognitivo. Psicología Evolutiva y de la Educación. **Idioma:** Español.

Título: Programa de Estimulación Cognitiva para el trabajo de la atención en el aula de Educación Infantil.

Resumen

El sistema nervioso central comienza a desarrollarse desde que nacemos y es de vital importancia estimularlo desde edades tempranas con el fin de mejorar futuros aprendizajes significativos. Es esencial entrenar las habilidades cognoscitivas desde el inicio, y la escuela supone un entorno propicio para ello por ser un agente de socialización en el que el niño pasa gran parte de su vida. Esto se puede alcanzar por medio de Programas de Estimulación Cognitiva. Este artículo presenta un programa centrado en la atención y usa fichas, la meditación y juegos como recursos y estrategias metodológicas para lograr dicho fin.

Palabras clave: Atención, Programa de Estimulación Cognitiva, Educación Infantil, Desarrollo cognitivo, Aprendizaje Significativo.

Title: Cognitive Stimulation Programme about attention in Pre-school Education.

Abstract

The central nervous system begins to develop from birth and it is paramount to stimulate it from early ages to promote future meaningful learning. It is essential to promote cognitive skills from the very beginning, and schools seem to be the perfect scenario for this, given that children spend most of their lives in them and these are socialising agents. This can be achieved by means of Cognitive Stimulation Programmes. This article presents a programme centred on attention and uses worksheets, meditation and games as methodological resources and strategies.

Keywords: Attention, Cognitive Stimulation Programme, Pre-school education, Cognitive development, Meaningful learning.

Recibido 2018-11-23; Aceptado 2018-11-29; Publicado 2018-12-25; Código PD: 102119

INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Desde el nacimiento, nuestro cerebro se encuentra inmaduro. Sin embargo, una de sus principales características es su gran plasticidad, lo que posibilita el poder modelar estructuras cognitivas y funcionales del sistema nervioso central, dando lugar a que el ser humano pueda adquirir aprendizajes y conocimientos a lo largo de toda su vida (Lupón, Torrents y Quevedo, 2014).

En base a esta premisa, según afirman Santiago, Tornay, Gómez y Elosúa (2006), citado en Lupón, Torrents y Quevedo (2014), todo constructo cognitivo se rige según una serie de procesos cognitivos básicos o simples y complejos. Dentro de los primeros nos encontramos con la sensación, la percepción, la memoria y la atención/concentración. Entre los segundos, se ubicaría el lenguaje, pensamiento e inteligencia. Centrándonos en la atención, como la función ejecutiva del aprendizaje que nos ocupa, Lupón et al. (2012) la definen como la “capacidad de atender, de concentrarse, de mantener la alerta o de tomar consciencia selectivamente de un estímulo relevante, una situación, etc.”. Estas mismas autoras exponen que esta capacidad constituye un filtro para dejar pasar sólo aquella información relevante, no sobrecargando así nuestro constructo cognitivo. A su vez, según el modelo clínico de Sohlberg y Mateer (citado en Lubrini, Perriáñez y Ríos, 2011), la atención se clasifica en arousal, focalizada, dividida, selectiva, sostenida y alternante.

No obstante, a pesar del hecho de que la literatura y multitud de autores señalan la importancia del desarrollo de la atención en los niños/as de estas edades para promover su desarrollo cognitivo, este es un aspecto sobre el que se incide muy poco y usualmente se aborda de manera transversal en las instituciones educativas y no como un núcleo de actividades de enseñanza.

Por todas estas razones, es conveniente implementar programas en las aulas de infantil para que, desde pequeños/as, los alumnos/as desarrollen la atención como una función ejecutiva del aprendizaje, para alcanzar así unas mayores y

mejores cotas de rendimiento académico. Por ello, a continuación, se presentará brevemente un Programa de Estimulación Cognitiva compuesto por una serie de actividades de atención que serán dinámicas y de carácter lúdico en las que las fichas, la meditación y el juego serán los recursos y estrategias metodológicas esenciales para su planificación. Un programa de este tipo es susceptible de ocupar desde dos o tres semanas, hasta meses o incluso todo un curso académico, según las demandas del alumnado. Se pretende que, si en un futuro puede llegar a ponerse en práctica, los resultados de este estudio aporten evidencias de que la implementación de este tipo de programas puede contribuir a una mejora positiva del desarrollo de estos procesos cognitivos y, por consiguiente, que este tipo de actividades se conviertan en esenciales para alcanzar aprendizajes significativos y funcionales.

A continuación, como fundamentación teórica de este programa tipo, se expondrán aspectos teóricos referentes a la metodología empleada para su diseño y planificación.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS Y RECURSOS PARA FAVORECER LA ATENCIÓN EN LOS NIÑOS/AS

En las aulas de infantil se pueden observar evidencias referentes a los problemas atencionales en los alumnos/as. Como consecuencia de esta falta de atención en ciertos niños/as, surgen las conductas disruptivas, que interrumpen el ritmo normal de funcionamiento del grupo-clase. Frente a esto, López Soler y García Sevilla (1997, p. 114) afirman que, en cuanto a las estrategias atencionales se refiere, la atención, como cualquier otro proceso cognitivo, ha de ser entendida como una habilidad que se adquiere a través del ejercicio. En base a esto, se considera fundamental conseguir que el niño/a se habitúe a realizar ejercicios de atención de manera sistemática. Por otro lado, García Sevilla (2013) añade la necesidad de realizar ejercicios de respiración y relajación, para mejorar no solo el estado emocional del niño, sino también las funciones cognitivas como la atención.

En virtud de lo expuesto previamente, se pueden diseñar y planificar actividades de aula que conformen un programa de entrenamiento de la función ejecutiva citada, para que el alumnado de Infantil desarrolle estrategias de atención en su diversa tipología, pudiéndose utilizar y adaptar diversas técnicas, ejercicios y multitud de recursos materiales para potenciar un buen desarrollo cognitivo en el infante.

En cuanto a los recursos metodológicos que se pueden emplear para favorecer esta facultad atencional, primeramente, cabe destacar el uso de las fichas como material gráfico que requiere entrenamiento mental y concentración. En su libro, García Sevilla (2013), expone una gran variedad de ejemplos de actividades mentales que se utilizan con frecuencia para estimular la atención y que han servido de base para el diseño de las actividades por fichas del programa que acontece.

Por otro lado, el juego infantil también se puede utilizar como recurso interesante para entrenar la capacidad atencional pues, como bien se afirma en las orientaciones metodológicas del Decreto 254/2008, el juego es una conducta universal que favorece el desarrollo de la atención, además de ser un derecho fundamental del infante.

En tercer lugar, otra de las técnicas metodológicas que se pueden emplear para trabajar la atención es la meditación. Con esta técnica, tal y como afirma la psicóloga Snel (2013), se trabaja la atención plena o consciente, comúnmente conocida como “mindfulness”, centrándose en la respiración. Esta misma autora señala que es una técnica que se puede realizar con los más pequeños/as y que conviene comenzar a hacerla en las aulas una media hora a la semana, en tramos de diez minutos en tres días alternos. Con esta práctica de la atención y del estar conscientemente presentes, los niños/as aprenden a dejar de lado sus impulsos y, a su vez, a prestar atención, a autocontrolarse y a estar en calma. Además, cabe destacar aquí que esta psicoterapeuta explica en una conferencia de la Sociedad de Mindfulness y Salud (2016) la necesidad de escoger un animal como protagonista del “mindfulness”, en este caso, la rana. Esto es así porque los niños/as de la etapa de Educación Infantil, tal y como afirma Piaget (1998), se encuentra en pleno período preoperacional del desarrollo, por lo que su pensamiento es todavía sincrético, global y no logran visualizar conceptos o elementos tan abstractos como este. No son capaces de entender lo que significa atención plena ni se percatan de los efectos que produce centrar su atención en la respiración. Por ello, necesitan de un títere físico que tenga las características conceptuales de lo que le queremos transmitir. En base a esto, esta psicoterapeuta expone que, tras una exhaustiva búsqueda de un personaje con el que los niños se sintieran identificados, escogió a la rana porque este es un animal que siempre está tranquilo y atento al momento presente, gastando energía solo cuando es necesario (para comer, trasladarse, etc.). Además, este es un animal que los niños/a conocen muy bien y trabajan mucho en sus proyectos de trabajo y unidades.

Referente a las estrategias metodológicas que se pueden implementar en las aulas de infantil, es interesante sacar a colación la metodología de trabajo por rincones pues, como bien se dice en “Talleres y rincones” (s. f.), los rincones de tipo

individual actúan como elemento motivador y ayudan al niño/a a concentrarse mejor, ya que es el propio infante el que está llevando a cabo una tarea en cada rincón que responde a sus intereses, satisfaciendo así sus necesidades y ganas de manipular, explorar y observar el medio que le rodea, lo cual le va a conducir a la adquisición de aprendizajes más significativos y funcionales. De este modo, se rompe con la metodología tradicional de trabajo en mesa en la que los más pequeños/as realizan fichas, una tras otra, y se fomenta el uso de otros espacios del aula para trabajar el objetivo propuesto: la atención.

Como ya se ha explicado, la atención en sí es una función cognitiva, de modo que si se consigue que los alumnos/as adquieran estrategias que mejoren esta capacidad, se alcanzará una mejora sustancial en el desarrollo a nivel cognitivo. De hecho, Beltrán (citado en López Soler y García Sevilla, 1997) expone que todas las estrategias de aprendizaje atencionales, consideradas estrategias cognitivas, tienen un fin educativo, que es conseguir un buen rendimiento escolar y que los alumnos “aprendan a aprender” y “aprendan a pensar”. Además, el currículo de infantil contempla como competencia el enseñar a pensar y a aprender por medio de la utilización de recursos cognitivos, etc. (Decreto 254/08).

Sin embargo, cabe preguntarse si es posible mejorar la atención en los niños por medio de actividades concretas. García Sevilla (2013) afirma que es totalmente posible y que, además, la atención es una capacidad psicológica fundamental para el desarrollo cognitivo del infante. A su vez, expone que tener esta habilidad más o menos desarrollada no depende de factores genéticos, por lo que se puede modificar y potenciar con la práctica, especialmente durante la infancia, que es cuando el cerebro es especialmente plástico. Asimismo, López Soler y García Sevilla (2004) y Servera y Galván (2001) afirman que “el desarrollo de la atención es un proceso gradual, evolutivo y que depende básicamente de la edad, es decir, que se trata de un mecanismo relativamente innato que se va consolidando hasta la adolescencia”. Junto a lo anterior, Álvarez, González-Castro, Núñez, González-Pineda y Bernardo (2007) confirman que es una capacidad susceptible de mejorar sustancialmente con la práctica.

Por tanto, en base a tal fundamentación teórica, seguidamente, se expone un prototipo de Programa de Estimulación Cognitiva con actividades tipo que se trabajarán a lo largo de las semanas, en días alternos. De este modo, se mostrará un tipo de actividad en formato ficha, una de meditación y otra relacionada con el juego por rincones.

FASE DE DISEÑO Y PLANIFICACIÓN DEL PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA DE LA ATENCIÓN

El proyecto de innovación que se propone a continuación, es un Programa de Estimulación Cognitiva, cuyo objetivo primordial es potenciar una de las funciones ejecutivas del aprendizaje; la atención. En esta fase de diseño y planificación, describiremos los objetivos de la propuesta innovadora, especificaremos la temporalización de la misma, la metodología llevada a cabo en el aula y detallaremos una sesión tipo de cada una de las diferentes actividades que lo conforman.

En primer lugar, el objetivo principal de dicha propuesta de innovación es entrenar todas las habilidades y capacidades a nivel cognitivo de nuestro alumnado, es decir, desarrollar al máximo las funciones ejecutivas del aprendizaje, concretamente la atención, en sus diferentes tipologías, a fin de conseguir mejoras de los niveles atencionales y, por consiguiente, grandes avances en el rendimiento académico y mayores cotas de alcance de aprendizajes significativos. De esta manera, se trabajará en todo momento la capacidad de enseñar a pensar, sienda esta una de las grandes líneas de trabajo que todo docente ha de desarrollar con su alumnado, según lo establecido en el Plan de Acción Tutorial (PAT), ubicado dentro del Proyecto Educativo y regulado por el Decreto 198/2014 de 5 de septiembre y el artículo 7 del Decreto 254/2008 de 1 de agosto.

Asimismo, seguiremos una metodología constructivista y, más específicamente, la Teoría del aprendizaje significativo de Ausubel (1976) pues, lo que se pretende con el trabajo de estas funciones ejecutivas del aprendizaje es potenciar el desarrollo de las capacidades cognitivas de los alumnos, a fin de favorecer la consecución de aprendizajes significativos. Para que esto se dé, dejaremos a un lado la metodología tradicional en la que los niños/as son sujetos pasivos situados en fila mirando a la pizarra y al maestro/a, y serán los propios alumnos/as los que trabajen de manera manipulativa y visual, observando, experimentando, haciendo, siendo sujetos activos y protagonistas de su propio proceso enseñanza-aprendizaje, trabajando la atención mediante el empleo de métodos basados en el juego, en las técnicas de meditación y en el desarrollo de fichas lúdicas y motivadoras, utilizando en todo momento contenido visual que sea del interés de nuestro alumnado.

En cuanto a la temporalización de este Programa de Estimulación Cognitiva, puede durar desde tres semanas, meses, hasta todo un curso escolar, según demanda del alumnado. Igualmente, si se detecta en el aula, tras todo un trimestre, graves faltas de atención, es interesante ponerlo en práctica inmediatamente. No obstante, es necesario puntualizar que

no es necesario que existan faltas de atención o conductas disruptivas para ponerlo en marcha, ya que se puede considerar como un programa precisamente preventivo, cuyo entrenamiento es vital para un correcto desarrollo del desarrollo integral del alumno/a, siendo esta la finalidad básica de la Educación Infantil, según el artículo 3 del Decreto 254/2008 de 1 de agosto.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES TIPO DEL PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA DE LA ATENCIÓN

En primer lugar, es esencial destacar que existen diversas investigaciones que acreditan que la capacidad atencional de tipo sostenido de los niños/as a estas edades varía entre los 10 y 20 minutos, recomendándose un entrenamiento de esta función ejecutiva de dos a tres veces por semana (Tokuhama, 2011). En base a esta premisa, en dos días alternos a la semana (lunes y miércoles o martes y jueves), durante 10 minutos, se llevarán a cabo, a primera hora, actividades de atención en formato ficha. Es importante seleccionar el momento inicial del día, ya que es cuando los niños/as están más despiertos, tienen más energía y, por consiguiente, muestran mayor interés y motivación para realizar tareas. En las fichas a realizar, se trabajarán los diferentes tipos de atención especificados anteriormente en el marco teórico (sostenida, dividida, alternante y focalizada). Asimismo, en los otros días restantes en los que no trabajemos fichas, entrenaremos la atención plena o consciente por medio de la técnica de mindfulness, durante otros 10 minutos. Realizaremos este tipo de actividad tras el recreo, ya que este es un período de intensa actividad y movimiento por parte del alumnado, por lo que es preciso, al regresar al aula, volver a centrar nuestra atención y, para ello, es fundamental llegar a la calma focalizando nuestra atención única y exclusivamente en nuestra respiración. Finalmente, cada viernes, como último día de la semana, trabajaremos la atención durante 15 minutos, por medio del juego en rincones.

Puntualizar aquí, que en todas las actividades elaboradas se emplean elementos y personajes totalmente familiares y del interés de los alumnos/as, a fin de constituir una motivación para ellos.

ACTIVIDAD TIPO Nº1. FICHAS DE ATENCIÓN

Previo desarrollo de la actividad, es primordial puntualizar que, las actividades por fichas estarán conformadas por dibujos e imágenes de elementos y objetos conocidos por los alumnos/as, trabajados como contenido en cuentos previos, en las unidades didácticas o en los proyectos. La primera tarea trabajará la atención dividida. Consistirá en mostrar a los niños/as una lámina en la que aparecen los dos protagonistas de un cuento (dos ranas llamadas Billy y la Reina Anita), que ha sido contado previamente para poder trabajar las presentes actividades. A continuación, se les dará la siguiente consigna: "Anita y Billy se han cambiado los nombres. Así que cuando señale a Billy tenéis que decir el nombre de Anita y cuando señale a Anita tenéis que decir el nombre de Billy". Se repite la consigna varias veces, debido al nivel de dificultad que esta lámina conlleva.

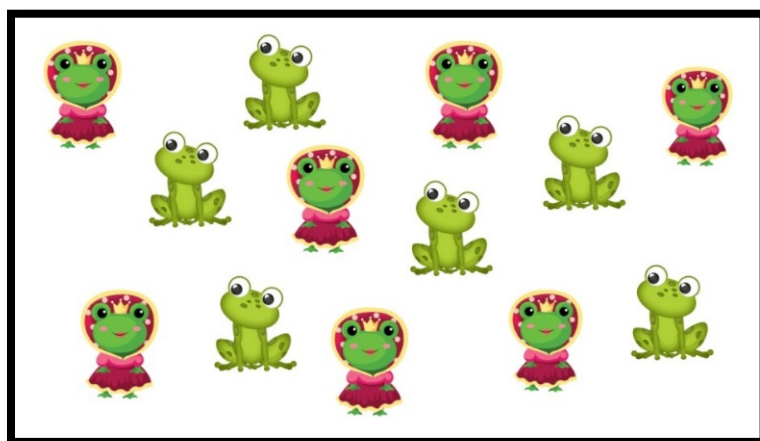


Figura 1. Ficha atención dividida.

(Fuente: elaboración propia)

En segundo lugar, se realiza una ficha titulada “Quién es quién”, cuya finalidad es trabajar la atención selectiva. La maestra va nombrando las características del personaje en el que está pensando, de manera que los alumnos tienen que acertarlo. Un ejemplo de la consigna dada para que ellos lo busquen sería: “Tiene gafas, tiene corona, pero no tiene bigote, ¿quién será?”. Se introducen consignas, primero en afirmativo y, después, también en negativo, para aumentar la dificultad. En el caso concreto de aquellos niños que tengan más dificultades con las frases en negativo, se le adapta la tarea diciendo solo consignas en positivo: “Tiene gafas y tiene corona, ¿quién será?”



Figura 2. Ficha "Quién es quién"

(Fuente: elaboración propia)

ACTIVIDAD TIPO Nº2. MINDFULNESS COMO RANAS

En esta actividad tipo del programa se pretende trabajar con los alumnos la atención plena o consciente, actualmente conocida bajo la denominación “Mindfulness”. Como ya se ha justificado anteriormente, la atención consciente es otro de los tipos de atención que, aunque está fuera de la clasificación común aportada por los diversos teóricos, se ha pensado como otra variante esencial para conseguir que los niños/as estén atentos al momento presente, en este caso en concreto, a través de la meditación. Esto va a favorecer un posterior aumento del rendimiento de los alumnos/as en sus tareas y permitirá alcanzar una mayor significación en cuanto al proceso enseñanza-aprendizaje se refiere. La actividad se realiza íntegramente con todo el grupo-clase, situado en el rincón de la asamblea y durará unos 10 minutos, con el fin de conseguir que los discentes estén atentos al momento presente en el que se encuentran, utilizando, para ello, la respiración como medio principal para mantener la atención, pues tal y como afirma Snel (2013, p. 51), “la atención comienza con la respiración”.

Los niños se sitúan formando un semicírculo frente a la maestra. Se les pide que se sienten como ranas y que intenten estar tan atentos como suelen estar ellas. La clase se convierte en un lugar tranquilo, como un estanque de ranas. Para dar comienzo, se les pide a los niños/as que cierren los ojos y se les comienza a hablar muy despacio, con una voz suave y con un volumen flojo. Se les va indicando que se imaginen que son una rana, una ranita pequeña sentada al borde de un estanque. Una rana es un animalito muy especial. Lo mismo está dando saltos o está muy, muy quieta. Mientras está quieta, está muy atenta, dándose cuenta de todo lo que ocurre a su alrededor y respira muy tranquila, con mucha calma. Así la rana no se cansa. Aunque no sean ranas de verdad, sí tienen algo que las ranas también tienen. Pueden estar sentados quietos, muy quietos y muy atentos. Estando sentados así, muy atentos, quizás pueden notar que algo se mueve. Quizás es una pierna la que quiere moverse. Quizás los dedos de los pies están moviéndose todo el rato o los parpados o algo más. La rana esta quieta, muy quieta mientras respira y ellos también están muy quietos. Estando así de quietos, se pueden dar cuenta de que algo se está moviendo. Es algo que siempre se está moviendo, aunque no se den cuenta. Es su respiración. Su respiración siempre se está moviendo en su cuerpo. Se les dice que pongan la mano en la barriguita y presten atención y noten cómo se mueve. Si se mueve rápida o se mueve lenta. Se les pide que lleven su atención a su tripa y sientan como se mueve con la respiración. Respiran profundamente y esta se hincha. Sueltan el aire y se hunde. Se vuelve a repetir así varias veces para que inspiren y expiren profundamente, de manera diafragmática, notando el

movimiento de la barriga al hacerlo, estando atentos a su respiración. Lo único que necesitan es atención. Atención y tranquilidad. Poco a poco se les dice que cuando escuchen el sonido de un timbre abrirán lentamente los ojos.

Una vez que ya han abierto los ojos, aún sentados en la asamblea, se les pregunta si les ha gustado la actividad y qué han sentido. Si han estado tranquilos y atentos a la respiración o si querían levantarse y acabar la actividad. Esta es una buena forma de evaluar si siguen prestando atención.

ACTIVIDAD TIPO Nº3. LA YINCANA DE LA ATENCIÓN

La presente actividad tiene como propósito desarrollar en los alumnos la atención sostenida, focalizada y la dividida. Para ello, se utiliza una metodología basada en el trabajo por rincones, detallada a nivel teórico en la justificación. Esta estrategia permite que los alumnos trabajen de una manera más dinámica y divertida, utilizando en todo momento el juego como base para el desarrollo de los ejercicios atencionales. En estos rincones, los niños realizan ejercicios de tipo gráfico o manipulativo, usando como soporte el juego. Asimismo, rotan por los distintos rincones para realizar los diferentes ejercicios cuando la docente avise y en el orden marcado por la misma.

Se distribuye a los alumnos/as en pequeño grupo, por equipos de trabajo, según se les indique, y van rotando en los tiempos que se les marquen. Los recursos materiales empleados son distintos juegos constituidos por láminas y materiales extraídos de los propios rincones.

En primer lugar, se les explica en la asamblea los juegos de atención y los materiales que se van a encontrar en los distintos rincones, siendo el rincón del juego simbólico, el de las construcciones, el de la lógica, el de los puzles y el de la biblioteca, los que se van a utilizar para la actividad. El siguiente paso, es indicar a cada equipo de clase el rincón en el que se debe colocar para dar comienzo a la yincana.

En el rincón del juego simbólico, en el que suele estar la cocinita, los alimentos, el supermercado, etc., habrá una mesa con cinco tarjetas en las que aparecerá un carro de la compra y, al lado, un listado con distintos alimentos. En el centro, hay un cesto con muchas fichas de todos esos alimentos que aparecen en las tarjetas. Para trabajar la atención focalizada, los niños tienen que fijarse bien en cada alimento del listado e ir, uno por uno, buscando su pareja entre las fichas. El emparejamiento es uno de los tipos que García Sevilla (2013) propone como actividad para trabajar la atención focalizada. A medida que vayan encontrando la ficha de cada alimento, deben meterlo en cada una de las casillas situadas dentro del carro de la compra.

En el rincón de las construcciones, se utilizan como materiales las piezas de lego (de distintos colores y forma cuadrada) y unas tarjetas con diferentes modelos hechos con tales piezas. Los alumnos deben completar los diferentes modelos que aparecen en las tarjetas, prestando atención tanto a la forma que tiene dicho modelo, como al lugar en el que se sitúa cada pieza de cada color. Se desarrolla la atención focalizada al tener que centrar su atención en una imagen o modelo y tener que reproducirlo al lado exactamente igual.

En el rincón de la lógica, los alumnos tienen que resolver unas tablas de doble, en las que aparecen distintos animales. Tanto en la fila superior como en la columna izquierda, aparecen los mismos animales de colores, pero en distinto orden. En el centro de la mesa, en una bandeja, tienen siluetas de fieltro de diferentes colores con dichos animales. Los niños/as deben señalar en qué casilla se cruzan los dibujos idénticos, poniendo encima la silueta del animal correspondiente.

En el rincón de los puzles, se tiene que resolver un rompecabezas de piezas que encajan en unas siluetas que aparecen en unas cartulinas blancas. En el centro en una caja, hay muchas piezas de distintas formas, colores y materiales, extraídas del propio rincón, a partir de las cuales se han dibujado dichas siluetas.

Por último, en el rincón de la biblioteca hay 5 tarjetas con dibujos diferentes. En todas ellas, los alumnos tienen que buscar las seis diferencias e ir tachándolas con una "x" a medida que las vayan encontrando.

Al terminar cada equipo el juego propuesto, la maestra irá pasando por los distintos rincones para evaluar la consecución de la actividad.

CONCLUSIONES

Tras la profundización en el presente Programa de Estimulación Cognitiva, es preciso preguntarse, a modo de conclusión; ¿estimulamos cognitivamente a nuestros alumnos en el día a día para que consigan mejorar en sus aprendizajes? Esta ha sido la cuestión a partir de la cual ha desembocado este programa de innovación.

En la práctica educativa, se puede denotar que los niños/as están expuestos a un bombardeo constante de gran cantidad de contenidos conceptuales. Todo ello, unido a los numerosos estímulos que los rodean en una sociedad actual inmersa en las nuevas tecnologías. Es más, en relación a la normativa actual de educación en nuestro país, podemos destacar que la propia Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, afirma que es necesario llevar a cabo un cambio metodológico, ya que los alumnos/as actuales han cambiado de una manera radical en relación a los de hace una generación, pues la globalización y el impacto de las nuevas tecnologías hacen que sea diferente tanto su manera de aprender y de comunicarse, como de concentrar su atención a la hora de abordar una tarea. Al respecto, es fácil observar actualmente en las aulas, una grave falta de atención en gran parte de los discentes y una pérdida de concentración, que desemboca en un menor rendimiento académico general.

Por otro lado, es necesario destacar que, al igual que en todas las demás etapas de educación, nuestro objetivo principal como docentes ha de ser orientar nuestra labor a que todos los aprendizajes de nuestros alumnos sean significativos y funcionales, siendo ellos los protagonistas y participantes activos en el proceso. Añadir a esto que, las funciones ejecutivas, entre ellas la atención, constituyen el motor que permite el buen funcionamiento de nuestra actividad a nivel mental. Por tanto, es de vital importancia que se favorezca el desarrollo de los procesos atencionales, entre otros, como método preventivo y de desarrollo intelectual.

Además de la observación en las aulas acerca de esta realidad, hay autores que avalan dichas premisas, como García Sevilla (2013, p.122), que confirma que la atención es “una de las funciones mentales más importantes desde el punto de vista psicológico. Es una capacidad mental compleja que incluye una amplia variedad de aspectos: orientar la mente hacia determinados estímulos, seleccionar a qué estímulos dirigimos nuestra mente, etc.”. En efecto, en relación a lo anterior, se ha demostrado a través de numerosas investigaciones en las últimas décadas, que inteligencia (funciones ejecutivas) y rendimiento escolar se encuentran estrechamente asociados (McDermot, 1999).

Teniendo en cuenta todo lo anterior, para fomentar los procesos cognitivos en nuestro alumnado es primordial dedicar unos minutos al día al entrenamiento cognoscitivo, en este caso, de una de las funciones ejecutivas (la atención), a fin de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y conseguir un mayor de rendimiento por parte de nuestro alumnado.

En definitiva, es fundamental conocer las posibilidades que puede aportar el implementar un programa de tales características con niños/as desde edades bien tempranas, pues el sistema nervioso central comienza a desarrollarse desde que nacemos y es de vital importancia estimularlo desde que son pequeños/as, para conseguir así mejores futuros aprendizajes. Es esencial que los más pequeños/as sean correctamente estimulados y que sus habilidades cognoscitivas sean entrenadas desde el inicio, y qué mejor ámbito que empezar este entrenamiento desde la escuela, siendo este el primer agente de socialización del niño/a y en el que se desenvuelve durante gran parte de su vida.

Bibliografía

- Álvarez, P., González-Castro, P., Núñez, J. C., González-Pineda, J. y Bernardo, A. (2007). *Evaluación y control de la activación cortical en los déficits de atención sostenida*. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(2), 509-524.
- Ausubel, D. P. (1976). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. Ed. Trillas. México.
- Decreto 198/2014, de 5 de septiembre, por el que se establece el currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
- Decreto 254/2008, 1 de agosto, por el que se establece el currículo del Segundo Ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
- García Sevilla, J. (2013). *Cómo mejorar la atención del niño*. Madrid: Pirámide.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- López Soler, C. y García Sevilla, J. (1997). *Problemas de atención en el niño*. Madrid: Pirámide.
- Lubrini, G., Muñoz, E. Periañez, J., Ríos, M., (2011). Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica de la atención. En Muñoz, E. (Coord.) *Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica* (pp. 21-65). Barcelona: UOC.
- Lupón, M., Torrents, A., y Quevedo, L. (2012). *Apuntes Procesos Cognitivos. Psicología en atención visual*. Iniciativa Digital Politécnica. Recuperado en: https://ocw.upc.edu/sites/all/modules/ocw/estadistiques/download.php?file=370508/2012/1/54662/tema_4.__procesos_cognitivos_basicos-5313.pdf
- McDermott, P. S. (1999). National scales of differential learning behaviors among American children and adolescents. *School Psychology Review*, 28 (2): 280-291.
- Piaget, J. (1998). *La representación del mundo del niño*. Editorial Morata. Madrid.
- Servera, M. y Galván, M. R. (2001). *Problemas de impulsividad e inatención en el niño: propuestas para su evaluación*. Madrid: MEC.
- Snel, E. (2013). *Tranquilos y atentos como una rana*. Barcelona: Kairós, S. A.
- Sociedad Mindfulness y Salud (2016, 25 de mayo). *Tranquilos y atentos: un diálogo con Eline Snel*. [Archivo de vídeo]. En https://www.youtube.com/watch?v=OyHVFdy_0UE&t=5695s
- Talleres y rincones en Educación Infantil (s. f.). Instituto de Técnicas Educativas de la C.E.C.E. Madrid. Recuperado de: www.actiweb.es/archivo7
- Tokuhama-Espinosa, T. (2011). *Mind, brain, and education science. A comprehensive guide to the new brain-based teaching*. W. W. Norton & Company.