

Cómo hacer frente a las distracciones



Puede ser difícil mantener la atención de los niños pequeños. Si descubre que no están prestando atención, he aquí tres áreas que puede examinar.

Planee variadas actividades.

- ¿Ofrece usted sólo actividades muy estructuradas y dirigidas por el maestro? ¿Siempre son los adultos quienes idean las actividades? De ser así, los niños podrían perder el interés y distraerse. Incluya actividades que surjan de los intereses de los niños.
- ¿Pide que todos los niños hagan las actividades en el mismo momento y de la misma manera? Ofrezca actividades apropiadas para las edades y habilidades de los niños. Permítalos más opciones. Limite el plazo de tiempo en que espera que todos los niños hagan actividades en un grupo grande.
- ¿Los niños pueden pasar suficiente tiempo al aire libre? La investigación sugiere que al pasar tiempo en la naturaleza, se puede reducir los síntomas del trastorno de déficit de atención.

Arregle el ambiente de aprendizaje.

- ¿Dispone usted de muchos materiales interesantes para usar? Haga una “lluvia de ideas” con ellos sobre los diferentes tipos de materiales que podrían utilizar para explorar las artes, la lectoescritura, las construcciones y el juego tanto imaginativo como activo. Tenga suficientes materiales para que los niños no tengan que esperar mucho tiempo para turnarse.
- ¿Hace una rotación de los objetos más interesantes? Tal vez quiera mantener algunos juguetes o libros fuera del alcance por una o dos semanas y después sacarlos otra vez. Los cambios en los objetos accesibles para el juego libre mantienen el interés de los niños.
- ¿Está su aula bien arreglado? Cree centros de aprendizaje para la escritura, las artes, las ciencias, la matemática y el juego dramático. Procure evitar la creación de distracciones – por ejemplo, no leyendo cuentos cerca de donde se está preparando la merienda o evitando una actividad que requiera concentración en un área que fomente la conversación, como la del juego dramático.
- ¿Ayuda a los niños a mantener el enfoque en la tarea? Los niños no siempre podrán hacer las actividades que más quieren. Un recordatorio suave puede ayudar a un niño a esperar su turno, a enfocarse en el cuento que usted está leyendo o en el juego que están jugando: “Me doy cuenta que este libro no era el que más querías. Espero que lo sea la próxima vez. Necesitas escuchar ahora.” O, “Ya es el turno de Mahesh para hablar. Tu turno viene luego.”

Evite las transiciones frecuentes y abruptas.

- ¿Está dividido el horario de su programa en muchos bloques pequeños de tiempo? Los niños pueden enfocarse mejor en un cuento o en otras actividades cuando tienen plazos largos de tiempo y no se sienten apesurados.
- ¿Pide usted con frecuencia que los niños cambien de enfoque y hagan transiciones bruscas? ¡Las transiciones frecuentes y repentinas nos distraen a todos! Informe a los niños de antemano sobre lo que han de esperar. Deles tareas para hacer o canciones para cantar durante las transiciones. Estas actividades les dan un enfoque y pueden ayudar a allanar las transiciones.

English Title: Dealing with Distraction



29 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732
Toll-free: 877-275-3227
Email: iel@illinois.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State
Board of Education