



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Propuesta didáctica para trabajar la autonomía personal en el aula desde el modelo cognitivo

Trabajo fin de grado presentado por:	Cristina Aguilera Alonso
Titulación:	Grado de Maestro en Educación Infantil
Línea de investigación:-	Proyecto educativo
Director/a:	Marta Beranuy Fargues

Madrid

10 de Marzo de 2016

Firmado por: Cristina Aguilera Alonso

CATEGORÍA TESAURO:

1.1.8. Métodos pedagógicos

1.1.9. Psicología de la educación

AGRADECIMIENTOS

A mis padres, por sus ánimos y apoyos. A mi directora Marta, por su paciencia y positividad. A mi buen amigo Juan A. Fabián, por su inestimable ayuda e incondicional apoyo.

RESUMEN

El propósito de este trabajo Fin de Grado es diseñar actividades de autorregulación para trabajar la autonomía en Educación Infantil.

Este trabajo se fundamenta en el concepto del sistema de autorregulación que propone la psicopedagogía cognitiva para trabajar la autonomía global del niño con habilidades específicas. Se han consultado los trabajos de Bornas, y se ha tomado como referencia el programa PEMPA para fundamentar las actividades. Asimismo, se proponen actividades concretas para aplicar en el aula con la finalidad de fomentar el autocontrol y la reflexividad, pues son bases de la actividad autónoma. El fomento de estas habilidades conforman los cimientos de la competencia de aprender a aprender.

PALABRAS CLAVE

Autonomía, Autorregulación, PEMPA, Autocontrol, Aprender a aprender

ÍNDICE

1. Introducción.....	5
1.1. Presentación y justificación.....	5
2. Objetivos.....	6
2.1. Objetivo general.....	6
2.2. Objetivos específicos.....	6
3. Marco teórico.....	7
3.1. Currículum.....	7
3.2. Autonomía personal en Educación Infantil.....	8
3.2.1. ¿Cómo se trabaja en Educación Infantil?.....	9
3.2.2. Estrategias cognitivas y pautas para su desarrollo.....	10
3.3. Programa PEMPA.....	11
4. Contextualización de la propuesta.....	15
4.1. Características del entorno.....	15
4.2. Características del alumnado.....	16
5. Propuesta educativa.....	17
5.1. Guión de trabajo.....	17
5.2. Metodología.....	18
5.3. Competencias, objetivos y contenidos curriculares.....	18
5.4. Actividades de aprendizaje.....	19
5.4.1. Actividades para fomentar la autorregulación de manera individual.....	19
5.4.2. Actividades para fomentar las habilidades de planificación en grupo.....	23
5.4.3. Actividades para fomentar la autorregulación emocional.....	25
5.5. Evaluación de la propuesta.....	27
5.6. Evaluación del aprendizaje.....	27
5.7. Cronograma.....	28
6. Conclusiones de la propuesta.....	29
7. Consideraciones finales.....	30
8. Referencias bibliográficas.....	31
9. Anexos.....	32
9.1. Anexo I.....	32
9.2. Anexo II.....	33

9.3. Anexo III.....	34
9.4. Anexo IV.....	35

1. INTRODUCCIÓN

1.1. PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Este documento se corresponde con el Trabajo Fin de Grado del Grado de Maestro en Educación Infantil de la Universidad internacional de la Rioja, realizado por Cristina Aguilera Alonso con la Dra. Marta Beranuy Fargues como directora.

Tal y como se recoge en la Ley Orgánica 2/2006 del 3 de mayo, de Educación, la Educación Infantil tiene como *fin fundamental* contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas; si bien el *objetivo principal* se enfoca en la consecución progresiva de la autonomía personal. La autonomía personal integra las áreas fundamentales del desarrollo físico, cognitivo y emocional en un engranaje en pos del autocontrol.

La Educación Infantil es una etapa crucial en el desarrollo vital del niño, y más aún para el aprendizaje de la reflexividad y el autocontrol si tenemos en cuenta que a esas edades los niños son impulsivos por inmadurez motora y neurobiológica. Por tanto, hay que enseñarles a autocontrolarse. Dicho autocontrol se trabaja con el fomento del lenguaje interno o función reguladora del lenguaje, la cual se adquiere en los últimos cursos de Infantil. Concretamente, la realización de este trabajo parte de la importancia que tienen la adquisición del autocontrol y la autorregulación para formar alumnos autónomos capaces de resolver problemas sin depender del control externo.

Como pudimos observar en las prácticas de Grado, los alumnos eran autónomos a la hora de ponerse el abrigo o los zapatos solos, comer, hacer una ficha o a la hora de ir al baño. Pero dependían mucho del adulto para tolerar la frustración o para realizar actividades menos estructuradas, pues dependían continuamente de la aprobación de la maestra. El marco legislativo vigente está muy enfocado a trabajar la autonomía como una serie de conductas, rutinas y hábitos motores como los mencionados ejemplos. Pero la autonomía es mucho más: es planificar, es pensar, es decidir cómo hacer las cosas, es pensar las alternativas y prever las consecuencias. Es saber autoobservarse y reestructurarse mientras se ejecuta una tarea. Y, sobre todo, es depender de criterios propios para autoevaluarse y no depender de la aprobación externa. Esta perspectiva más cognitiva (y metacognitiva) será la base de nuestra propuesta didáctica dirigida a la franja de edad 5-6 años.

La **novedad** de esta propuesta es trabajar la autonomía desde el modelo cognitivo y, en concreto, desde el esquema de habilidades de autorregulación del programa para el entrenamiento de la reflexividad y el autocontrol: PEMPA.

2. OBJETIVOS

A continuación se describen el objetivo general y los objetivos específicos que se pretenden conseguir con este trabajo.

2.1. OBJETIVO GENERAL

El objetivo general de este Trabajo Fin de Grado es diseñar una propuesta de intervención en el aula de p6 de Educación Infantil para mejorar la autonomía personal desde una perspectiva cognitiva, tomando como referencia el esquema de habilidades de autorregulación desarrollado en el programa PEMPA.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Enumeramos a continuación los objetivos específicos necesarios para consecución del mencionado objetivo general:

1. Revisar el concepto de autonomía personal en Educación Infantil en el Currículum.
2. Reformular el concepto de autonomía personal desde el enfoque cognitivo.
3. Profundizar en el sistema de autorregulación que describe Xavier Bornas en el Programa PEMPA y la importancia de fomentar las habilidades cognitivas en el niño.
4. Diseñar una propuesta de intervención en el aula basándonos en el programa PEMPA, con actividades concretas que trabajen las distintas fases de la autorregulación.
5. Valorar la propuesta, analizando sus posibilidades y limitaciones.
6. Autoevaluar el proceso de ejecución del TFG recopilando todos los aprendizajes adquiridos durante todo el Grado.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. CURRÍCULUM

El marco legislativo Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas del segundo ciclo de Educación Infantil, señala seis objetivos básicos en el área de conocimiento del sí mismo y autonomía personal. Este trabajo se circunscribe en dicha área. A continuación resumimos cuatro de ellos y citamos los dos objetivos que guardan mayor relación con nuestra propuesta:

1. Formar una imagen ajustada y positiva del sí mismo a través de la interacción con los demás.
2. Controlar su propio cuerpo.
3. Trabajar la inteligencia emocional.
4. Realizar actividades cotidianas de manera autónoma. RD 1630/06 (2006) dispone exactamente: “Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas” (p. 7).
5. Ser capaz de relacionarse con los demás.
6. Adquirir habilidades y conductas de higiene y salud personal. Así como de equilibrio emocional. En concreto, el RD 1630/06 (2006) lo enuncia así “Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional“ (p. 7).

La vigente Ley Orgánica 8/2013 del 9 de diciembre conocida como LOMCE, recoge lo promulgado en su antecesora y lo aplica a la nueva ley.

Sin embargo, no hallamos una definición concreta del concepto autonomía personal en dichos marcos legislativos. Hablar de autonomía como lo hace el currículum es hablar de conceptos muy abstractos, mejor hablar de qué es un niño autónomo, es decir, la realidad del aula. Para Bornas (1994) un niño es autónomo cuando es capaz de resolver los problemas con sus propias habilidades y recursos; es decir, es capaz de autorregularse. La autorregulación es un proceso cognitivo, motor y afectivo que nos permite resolver los problemas con nuestras propias habilidades y recursos

(Bornas, 1994). Obviamente cuanto más autónomo sea un niño menos dependerá del maestro. La idea, pues, es enseñar al alumno estrategias y habilidades que le ayuden a resolver los problemas por sí mismo, de manera que las interioricen, automaticen y las apliquen en otros contextos para resolver problemas en su vida extra-escolar también.

Por otro lado, la legislación vigente LOMCE (2013) sugiere que debemos enseñar desde Infantil la Competencia Clave de aprender a aprender, dejando que los alumnos tomen decisiones y resuelvan sus problemas sin que el profesor dirija y controle tanto. Según Carrasco (2007) esta competencia se incluye dentro del grupo de las referidas al ámbito del desarrollo personal (p. 17). La define como un aprendizaje básico y previo a los estrictamente académicos. “Aprender a aprender supone iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuarlo de manera autónoma (...) Pero que se aprenda o no dependerá de cada alumno, de lo que haga y de cómo se enfrente con su tarea” (Carrasco, 2007, p. 53). El alumno es protagonista activo en su aprendizaje, y el papel del profesor es enseñar a aprender (Carrasco, 2007). En el siguiente apartado veremos que la autonomía enfocada al aprendizaje es una responsabilidad del alumno sobre su propio proceso de aprendizaje (Holec, 1989).

Podemos concluir este apartado afirmando que el desarrollo de la autonomía personal de los niños es fin último y objetivo estipulado en las leyes educativas, y ser más autónomo significa saber autorregularse para solucionar problemas con nuestras propias habilidades y recursos (Bornas, 1994). Hemos pasado de la abstracción e inconcreción del concepto autonomía que promulga el currículum, a una concreción del término basada en conductas observables en la realidad del aula. Nuestra propuesta educativa pivotará en torno a esta definición. Y Xavier Bornas será autor de referencia, dado que intentaremos extrapolar sus tesis al diseño de actividades para trabajar la autonomía desde su enfoque cognitivo.

3.2. AUTONOMÍA PERSONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

En el apartado anterior decíamos que el niño autónomo es aquél capaz de autorregularse. Siempre según Bornas (1994) y desde el enfoque cognitivo, la autorregulación es un proceso (cognitivo, motor y afectivo) que permite a la persona responder a una demanda (interna o externa) eficazmente con sus propias habilidades o recursos. Es importante tener clara la relación entre autonomía y aprendizaje porque si el niño es autónomo mejorará su aprendizaje, y si mejora su aprendizaje será más autónomo.

3.2.1. ¿Cómo se trabaja en Educación Infantil?

Es importante reflexionar sobre **cómo enfocar la autonomía en el aula**. Según Bornas (1994) hay dos posturas fundamentales que ponen en relación la autonomía del niño con su proceso de aprendizaje para abordarla en el aula y que indican qué características hacen a un niño autónomo. Por un lado está la postura generalista basada en la idea humanista de autorrealización. Propugna que el niño sea autónomo para conseguir la autorrealización. Esta postura es importante tenerla en cuenta para personalizar la educación pero concreta muy poco el concepto de autonomía, ya que la autorrealización es diferente para cada persona y por ello es compleja de definir. Además, no ofrece pautas concretas para trabajarla en el aula. No hay una definición clara de qué aspectos trabajar, de manera que resulta difícil establecer objetivos prácticos.

En el otro extremo está la postura reduccionista, enmarcada en la corriente conductista, que postula que ser autónomo se reduce a conductas observables o hábitos motores, es decir, que el niño coma solo, se vista solo, etc. Esta postura sí concreta el concepto de autonomía enfocada al aprendizaje y además establece objetivos concretos que se pueden trabajar en el aula de infantil. De hecho, asumimos que el currículum actual se fundamenta en este enfoque conductista y, por ende, así se trabaja en el aula. Es decir, que las actividades didácticas para trabajar la autonomía están enfocadas a conductas observables y muy concretas, por ejemplo: que el alumno sepa ponerse el abrigo solo, que aprenda a lavarse los dientes solo o que vaya al baño solo. Pero, ¿eso es autonomía? Cuando un niño come solo, se viste solo, dibuja solo... ¿ya es autónomo? Es posible que el alumno culmine estos logros pero luego no tenga capacidad para regular sus emociones o relacionarse con otros niños. La postura reduccionista imperante en las aulas deja fuera dos aspectos sumamente importantes: lo que piensa el niño y sus emociones. Si concebimos autonomía como sinónimo de autorregulación, la autorregulación implica autocontrol, y autocontrol implica ser capaz de tolerar la frustración emocional o pensar antes de actuar impulsivamente.

En conclusión, nos inclinamos por la postura **de la corriente cognitiva** como punto de enlace entre estos dos postulados. Una postura integradora e intermedia para trabajar la autonomía en el aula que integre lo que el niño piensa y sus estrategias de afrontamiento (las capacidades para enfrentarse a las demandas del entorno); siente y hace (hábitos puros). Una autonomía más cognitiva y basada en el autocontrol que tenga como objetivo autorregularse a través de la cognición.

Murphy (1974) en sus investigaciones sobre los estilos de afrontamiento en el niño concluyó que cuanto más autónomo en sus tareas era el niño, mejor se desarrollaba su sentimiento de identidad

personal. Y es que el autoconcepto y la autoestima dependen de cuán autónoma sea la persona. Cuando uno es autónomo se siente bien consigo mismo, siente que es capaz de hacer muchas cosas, es decir, refuerza su sentido de autoeficacia. La felicidad y la autonomía van de la mano.

3.2.2. Estrategias cognitivas y pautas para su desarrollo

¿Por qué una perspectiva cognitiva para trabajar la autonomía? Porque la autonomía no sólo se basa en hábitos motores. La autonomía se basa más en un planteamiento cognitivo. Es decir, es planificar, es pensar, es elegir, es decidir qué voy a hacer, es establecer un plan de acción; algo que hacemos a diario. Y también es saber afrontar las tareas regulando la intensidad emocional. Realmente, uno toma una serie de decisiones a nivel cognitivo que le hacen autónomo, pero cuyo fin final se ve, se observa a nivel motor.

Desde el modelo cognitivo se ha establecido que la autonomía ha de trabajarse con habilidades cognitivas (Bornas, 1994). Dichas habilidades se basan en este esquema:

1. IDENTIFICACIÓN DE LA DEMANDA Y ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS
2. PLANIFICACIÓN DE LA ACCIÓN
3. EVALUACIÓN DE RESULTADOS
4. AUTORREFUERZO



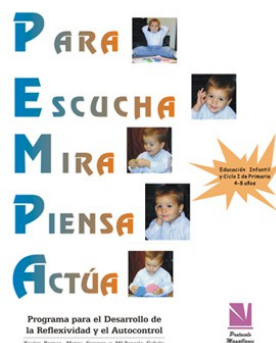
Extraído de : <http://www.aboutkidshealth.ca/En/News/Series/ExecutiveFunction/Pages/Executive-Function-Part-One-What-is-executive-function.aspx>

Primero el niño tiene que captar que hay una demanda y se tiene que establecer unos objetivos para conseguirla. Después tiene que planificar una serie de pasos que le hagan llegar a ese objetivo. Luego evaluará los resultados, es decir, si ha conseguido el objetivo o no. Si lo ha conseguido se autorreforzará (¡qué bueno soy!). Si no lo ha logrado debe preguntarse ¿me he enterado bien de lo que me estaban pidiendo?, ¿cuál era el problema?, ¿me he marcado bien los objetivos? Y reiniciar el proceso.

1. Identificación de la demanda y establecimiento de objetivos. La demanda debe ser clara, breve y concreta. Cuanto más breve sea mejor podrá el niño retenerla en su memoria operativa.
2. Planificación de la acción. Una vez se ha aclarado la demanda, y por tanto cuáles son los objetivos, hay que pensar cómo hacerlo. Primero un plan de acción con los pasos a seguir. Segundo debe observarse a sí mismo cómo lo está haciendo, es decir, debe autocontrolarse y rectificar errores durante la ejecución de la tarea teniendo siempre presente el objetivo. El buen funcionamiento del sistema de control es esencial en la autorregulación.
3. Evaluación de resultados. Hay que comparar si los objetivos concuerdan con los resultados. Los niños se pueden preguntar ¿me ha salido como yo quería?
4. Autorrefuerzo. Si ha logrado el objetivo es muy importante que el niño se diga a sí mismo que lo ha hecho bien y se refuerce verbalmente para que aprenda a depender de sus criterios en lugar de la aprobación del profesor.

Investigaciones recientes han demostrado que los profesores muy raramente ofrecen a sus alumnos instrucciones explícitas de las estrategias de aprendizaje (Beck, 1983). Los alumnos necesitan que el profesor les enseñe estrategias de autocontrol explícitas que ellos puedan imitar. Los niños no llegan al aula sabiendo autocontrolarse y siguiendo el esquema de habilidades cognitivas etapa por etapa. Corresponde a los maestros enseñar a sus alumnos este proceso para que sean autónomos. Ahora bien, ¿cómo podemos trabajar todas estas habilidades de manera práctica con nuestros alumnos de Infantil? En el apartado 3.3 daremos respuesta a esta cuestión.

3.3. PROGRAMA PEMPA



Extraído de: <http://www.gac.com.es/editorial/popups/INFO-PRO-4pempa.htm>

PEMPA es un programa estructurado y práctico, escrito por los psicólogos Bornas, Servera y Galván. Está enfocado a niños entre 4 y 8 años y dirigido a maestros de Infantil y primer ciclo de Primaria. Está concretamente indicado para trabajar la reflexividad y el autocontrol, que son dos habilidades cognitivas para trabajar la autonomía y que previenen problemas como la impulsividad o la falta de atención. Es una guía muy práctica compuesta de 36 actividades que se trabajan ordinariamente en el aula pero ligeramente modificadas para entrenar además las habilidades de autorregulación. Hay dos índices de listado de actividades: uno de habilidades en función de la edad y otro en función del problema concreto que entrena la habilidad. Cada actividad se organiza en cinco apartados:

- Objetivos
- Criterios de evaluación
- Descripción de la actividad y materiales
- Normas de aplicación
- Actividades de generalización

El sistema de autorregulación propuesto por Bornas, Servera y Galván (2010) consta de habilidades cognitivas y conductuales muy específicas divididas en tres fases (aunque funcionan casi de manera inseparable).

1. HABILIDADES PREVIAS A LA ACCIÓN

1.1. Identificación de las demandas

1.2. Autodeterminación de objetivos

1.3. Planificación de la acción

1.3.1. Generación de alternativas

1.3.2. Previsión de consecuencias y elección de la mejor alternativa

1.3.3. Elaboración de la solución

2. HABILIDADES DURANTE DE LA ACCIÓN

2.1. Dirección de la acción (autoinstrucciones)

2.2. Autoobservación

2.3. Autoevaluación continua y rectificación de errores

3. HABILIDADES DESPUÉS DE LA ACCIÓN

3.1. Autoevaluación final

3.2. Autorreforzamiento

Según los autores, cuando una persona no es autónoma es porque falla en alguna de las habilidades de este sistema. El programa es muy útil porque permite trabajar una habilidad puntual, varias, o el sistema entero; en función de las demandas del profesor. A continuación, se explica el proceso de autorregulación a partir de un ejemplo. La situación es que hemos invitado a cenar a unos amigos el viernes por la noche.

1. Identificación de la demanda: tengo que ir a comprar comida.
2. Autodeterminación de objetivos y criterios: concretar y redactar la lista de la compra.
3. Generación de alternativas: Puedo ir al mercado de mi barrio donde la comida es de mayor calidad pero será más caro. Otra opción es ir a un supermercado que será más económico y además tendrá el menaje que también necesito.
4. Previsión de consecuencias y toma de decisiones: Al mercado sólo puedo ir el sábado por la mañana porque cuando llego del trabajo está cerrado. Al súper puedo ir por la noche el día que me venga mejor. Además, la cena la pagamos entre todos y tres amigos están en paro. La mejor opción es el supermercado, por horarios y por economía.
5. Elaboración de la solución: El miércoles dejo el coche en la estación y cuando vuelva de trabajar voy directa a comprar. Voy a guardar la lista de la compra en el móvil y en el monedero para que no se me olvide y, si me falla una, tenga otra opción.
6. Dirección de la acción (autoinstrucciones): (ya en el súper). Estoy cansada, así que voy a coger la lista y a comprar los artículos por ese orden, aunque tenga que pasear de punta a punta del súper varias veces, pero así me aseguro que no se me olvida nada.
7. Autoobservaciones: me ha llamado la atención una oferta que no tiene que ver con lo que vengo a comprar y quedan 20 minutos para que cierren, lo dejo y me enfoco en la lista de la compra.
8. Autoevaluación continua y rectificación de errores: Vaya, he comprado leche de vaca y queso de oveja pero dos invitados son veganos, voy a cambiarlos por leche de soja y tofu.
9. Autoevaluación final y autorreforzamiento: ¡Bien! Tengo toda la lista tachado y aún faltan diez minutos para que cierren, ¡objetivo conseguido!.

Este es un proceso que realizamos a diario. Con más o menos conciencia, pero a diario. Los docentes podemos enseñar este proceso a los alumnos haciendo explícitas todas las habilidades. La idea es que ejerzamos de modelo y demos las instrucciones con lenguaje verbal (apoyado en imágenes u otros lenguajes) y que, a base de repetirlas, los alumnos interioricen dichas verbalizaciones para que acaben formando parte de su lenguaje interno (a nivel de pensamiento) y sean capaces de regularse por sí mismos. O lo que es lo mismo, de ser autónomos.

Habilidad	Problemática concreta que trata
Identificación de la demanda	Niños que actúan antes de haber comprendido las instrucciones
Autodeterminación de objetivos y criterios	Niños que trabajan de manera desestructurada y pierden fácilmente la concentración
Generación de alternativas	Niños que dedican mucho tiempo y esfuerzo a trabajos poco productivos
Previsión de consecuencias y toma de decisiones	Niños eminentemente impulsivos
Elaboración de la solución	Niños despistados y descuidados que cometen errores leves por aplicar la solución de forma precipitada
Autoinstrucciones	<p>“La función reguladora del lenguaje es fundamental a la hora de evitar errores y comportamientos impulsivos” (Bornas, 1994, p.77).</p> <p>Niños donde la acción precede al pensamiento, aún no son capaces de autocontrolar su conducta en función de sus propias instrucciones (lenguaje interno).</p>
Autoobservación	Niños dependientes incapaces de modificar conductas inadecuadas sin ayuda del maestro
Autoevaluación continua / final	Niños muy dependientes que deben aprender a juzgar por sí mismos su trabajo (teniendo presentes los objetivos de la tarea)
Autorreforzamiento	Niños con baja autoestima y/o con baja motivación

*Elaborado a partir de PEMPA (2000).

4. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROPUESTA

4.1. CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO

El colegio Gredos San Diego está en la localidad de las Rozas, a 24 kilómetros dirección noroeste de la Capital de la Comunidad Autónoma de Madrid (CAM). A nivel de superficie, las Rozas es una de las localidades más extensas de la CAM. A nivel económico es, junto con Pozuelo de Alarcón, es el municipio más próspero. Por tanto, el nivel económico es alto. El municipio cuenta con diversos recursos sanitarios, educativos, y muy buena comunicación en transporte público. Cuenta con tres estaciones de tren y numerosas líneas de autobuses. Dicha prosperidad económica ha ido acompañada de un crecimiento notable de su población que, en tan sólo veinte años, se ha triplicado. Asimismo, la mayoría de las familias que viven en Las Rozas gozan de un medio-alto poder adquisitivo.

Si bien el fenómeno migratorio ha incidido en el municipio, el colegio Gredos San Diego cuenta con pocos alumnos extranjeros. Si nos circunscribimos a la etapa de Infantil, los pocos alumnos inmigrantes han sido adoptados por familias españolas. Casi todos los padres tienen estudios superiores, lo cual a nuestro juicio determina altas expectativas en cuanto a intereses, necesidades y demandas, respecto del Centro. En relación a la etapa de Infantil, los padres mantienen contacto diario con las profesoras dado que llevan a sus hijos al colegio y les recogen. Además, se preocupan por informarse y gozan de una comunicación fluida con las maestras. Las familias colaboran activamente con la escuela.

El Colegio Gredos San Diego Las Rozas es de naturaleza Privado – Concertado y está considerado como Colegio Bilingüe español/inglés por la Comunidad de Madrid. La infraestructura del Centro cuenta con diversas instalaciones deportivas y educativas tales como: piscina climatizada; polideportivo cubierto con gimnasio anexo; biblioteca; cafetería; laboratorios de física, química y biología; aulas multimedia; aula de tecnología; comedores separados para Infantil y resto de ciclos; cocina. El pabellón de Infantil consta de 3 plantas. En la planta baja se encuentra Primer Ciclo, en la segunda planta p4 y en la tercera p5 y p6. Las aulas de Educación infantil se conciben como espacios diáfanos y de múltiples usos, para lo cual el material didáctico es accesible a los niños y el mobiliario es movido a voluntad de las necesidades. Esto, unido a poseer baños en las aulas, fomenta la autonomía y desarrollo del niño. Se hace uso de metodología por rincones, lo cual a nivel de elementos materiales implica que no haya mesas ni sillas en el aula. En el centro del aula hay una alfombra en la que se sientan los niños para las actividades de asamblea. Las perchas están

a la altura de los niños para darles autonomía personal.

4.2. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO

La propuesta didáctica está diseñada para llevarla a cabo en un aula de tercer curso del segundo ciclo de Educación Infantil, es decir, con niños de 5 y 6 años. La clase está formada por un total de veinte alumnos, siendo doce de ellos niñas y los ocho restantes niños. Destacar que 3 de los escolares son inmigrantes, y por esta razón presentan dificultad con el idioma. Sus padres les adoptaron con 2 años. Un nivel de lenguaje por debajo de lo que corresponde a su etapa evolutiva puede ser un escollo a la hora de implementar las actividades que proponemos a continuación. De haber más alumnos por aula lo ideal sería aplicar la propuesta con ayuda de un profesor de apoyo.

Por otro lado, queremos enfatizar que, si bien hemos centrado la propuesta en este colegio concreto, se trata de una propuesta abierta para que cada maestro la pueda concretar de acuerdo a su coyuntura.

Los alumnos presentan temperamentos y capacidades de aprendizaje muy diversas, y a ritmos diferentes, por lo que es necesario adaptar la metodología de aula de forma individualizada. Respecto a las características cognitivas generales del alumnado, presentan características típicas de la edad en la que se encuentran, es decir, un pensamiento concreto y un único punto de vista (egocentrismo). La variabilidad interindividual está muy marcada por el temperamento, así, hay alumnos (sobre todo niñas) más tranquilos, y otros de estilo más impulsivo. En general, todos muestran baja tolerancia a la frustración y problemas para trabajar de forma autónoma, ya que dependen de los criterios del profesor. Las diferencias en el nivel del lenguaje interno de los alumnos son acusadas. El lenguaje interno termina por forjar el pensamiento de los niños y autorregula su acción. Esta internalización del lenguaje se adquiere en educación infantil, y marca la diferencia entre los estilos de comportamiento más reflexivos o impulsivos.

La única niña de la clase reconocida por la Administración como NEE fue prematura y claramente está por debajo de su nivel de desarrollo y tiene claro déficit de atención.

5. PROPUESTA EDUCATIVA

Una vez comprendido el sistema de autorregulación y las habilidades que pretendemos fomentar para desarrollar la autonomía personal desde el modelo cognitivo, hemos diseñado sesiones de actividades originales para trabajar dicho propósito en el último curso de Infantil con niños de 5 y 6 años. En lugar de seguir la estructura del programa PEMPA y plantear una actividad por cada habilidad, hemos imaginado situaciones de aprendizaje y dinámicas de aula desde las que trabajar la autorregulación a nivel individual pero también con actividades globales, con un enfoque más democrático; y para implicar a los alumnos en nuestras decisiones como maestros y darles valía como personas. Además, y dado que el desarrollo del niño integra todas las áreas del desarrollo, hemos esbozado dos actividades para trabajar la inteligencia emocional, pues la autorregulación también es emocional.

5.1. GUIÓN DE TRABAJO

Se han tenido en cuenta las actividades que se realizan en casi todas las escuelas y las hemos adaptado a nuestros objetivos. De este modo, no dejan de ser actividades habituales de las Programaciones de Aula, pero modificadas para enseñar habilidades de autorregulación.

El trabajo por fichas, a veces denostado en Infantil, en este caso es el método óptimo para fomentar la autorregulación individual. Y también para que el maestro introduzca las autoinstrucciones.

Por otro lado, y sin perder de vista el enfoque globalizador de la Educación Infantil y la importancia de conectar las actividades con la realidad de los niños, hemos diseñado una actividad relacionada con la Navidad y otra vinculada al centro de interés la salud. Ambas se desarrollan en grupo y en asamblea, ya que es una situación de aprendizaje muy importante en esta etapa educativa. Hemos enfocado estas sesiones a potenciar las habilidades de planificación porque son idóneas para aprender también valores democráticos como la escucha, el debate o la toma de decisiones en grupo.

Por último, hemos querido aplicar algunas habilidades de autorregulación al manejo de emociones y conflictos, pues si la autorregulación es importante para el éxito académico, aún lo es más para tolerar el estrés y la frustración cuando nos enfrentamos a una tarea, o para resolver conflictos en la interacción social. Es una modesta contribución al objetivo curricular de trabajar la inteligencia emocional.

La propuesta está dirigida al último curso de Infantil (5 y 6 años) porque para realizar las actividades se necesita un buen nivel de lenguaje y cierto nivel de abstracción.

5.2. METODOLOGÍA

La metodología que se va a llevar a cabo en esta propuesta será activa y participativa, siguiendo los postulados constructivistas donde el alumno es el protagonista en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El profesor será modelo y guía, delegando todas las tareas que los alumnos puedan hacer por sí mismos. En los momentos que deba orientar o reconducir a un alumno, empleará el diálogo socrático procurando que el niño genere las soluciones en lugar de hacerlo por él.

Por parte del profesor, el método específico de enseñanza serán las autoinstrucciones. Es la técnica por excelencia para trabajar la autorregulación infantil. El método autoinstruccional de Meichenbaum y Goodman (1971) es una técnica cognitivo-conductual que fomenta el lenguaje interno como regulador de la conducta. Consta de pasos o instrucciones que los niños se dicen a sí mismos para realizar las tareas de forma más reflexiva y eficaz. Reducen la impulsividad y su gran ventaja es que son instrucciones aplicables a multitud de tareas como fichas, resolución de problemas académicos y/o prácticos e incluso para resolver conflictos. La primera actividad de la propuesta tiene por objetivo introducir esta técnica en el aula.

5.3. COMPETENCIAS, OBJETIVOS Y CONTENIDOS CURRICULARES

El objetivo general de esta propuesta es realizar una serie de actividades en el aula que, de forma específica o global, trabajen el sistema de autorregulación del alumnado, para desarrollar la autonomía personal desde el enfoque cognitivo.

Para ello, hemos establecido **objetivos específicos** que enumeramos a continuación:

1. Fomentar la autonomía personal desde el enfoque cognitivo en las actividades llevadas a la práctica en el aula.
2. Conocer las posibilidades que nos ofrecen las habilidades del programa PEMPA para trabajar la autonomía personal, a través de la realización de las actividades diseñadas.
3. Entrenar la adquisición del lenguaje interno como regulador de la conducta durante las actividades.
4. Aprender mediante el método autoinstruccional las posibilidades que ofrece trabajar la

autorregulación.

5. Desarrollar capacidades y habilidades más globales en el niño como la capacidad de iniciativa, la creatividad o la resolución de conflictos emocionales por sí mismos. Trabajar competencias para la vida como el trabajo autónomo, la independencia mediante la autoevaluación, o la inteligencia emocional.

Conviene aclarar que los objetivos de las actividades buscan desarrollar las habilidades de autorregulación y no están directamente sacados del currículum.

Al tratarse de conocimientos procedimentales (habilidades y estrategias) los **contenidos** se trabajan de manera transversal e interrelacionando las tres áreas curriculares.

La **Competencia Clave** que más se fomenta es la de Aprender a aprender, aunque también se potencia bastante la competencia en comunicación lingüística.

5.4. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Primero hemos pensado en las actividades o situaciones educativas más comunes en las aulas de infantil. Después se han diseñado sesiones en función de dos variables: la habilidad de autorregulación que queríamos trabajar y el formato grupo-clase (individual o grupal). Hemos diseñado una plantilla para presentar la información de manera visual y más ordenada.

5.4.1. Actividades para fomentar la autorregulación de manera individual.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 1: Introducimos las autoinstrucciones		Individual
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Introducir el panel de autoinstrucciones y entrenarlo con fichas. • Conseguir que los alumnos practiquen y se familiaricen con las autoinstrucciones. • Observar y recoger una impresión inicial sobre qué alumnos tienen más dificultades para usar el lenguaje interno (o autoinstrucciones). 	Se trabajan todas las habilidades del esquema PEMPA de forma global. Se valorará fundamentalmente que usen el lenguaje para regular su conducta y hacer bien los ejercicios.	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
Los alumnos trabajan con fichas a la vez que aprenden una forma eficaz de hacerlas. El profesor tiene un rol fundamental de modelado y guía verbal para los niños. Debe expresarse de forma clara, breve y concreta. Debe observar muy bien a los alumnos, ¿comprenden las instrucciones? ¿tienen suficiente nivel de lenguaje?...	<ul style="list-style-type: none"> • Panel de autoinstrucciones • Fichas contenido: conceptos espaciales.(Anexo 9.2.) • Ficha laberinto (Anexo 9.2.) • Pizarra o proyector 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
<p>Actividad 1: La maestra presenta el panel de autoinstrucciones a sus alumnos despertando el interés de los niños: “es vuestro último año en Infantil y como ya sois mayores, os voy a contar lo que hacemos los mayores para ser más listos...nos decimos en bajito esto...” Lee las instrucciones en alto (ver anexo 9.1). Las vuelve a leer y pide que las repitan. Reparte un panel de autoinstrucciones tamaño folio a cada alumno.</p> <p>Actividad 2: La maestra realiza una ficha (ver anexo 9.2.) en la pizarra delante de todos siguiendo las autoinstrucciones. La corrige y se felicita a sí misma.</p> <p>Actividad 3: Los alumnos realizan una ficha casi idéntica ficha (ver anexo 9.2.), dirigidos por el habla externa de la maestra, que va enumerando los pasos. Cuando todos terminan, la maestra corrige la ficha en la pizarra para que los alumnos comparen si la han hecho bien. Felicita los éxitos y anima a corregir los errores.</p>		

Actividad 4: La profesora reparte nueva ficha y dice lo que hay que hacer. Los alumnos realizan la ficha de manera individual diciéndose en alto los pasos. La maestra corrige la ficha en la pizarra y deja que los alumnos se autoevalúen comparando resultados.

* Las actividades 2, 3 y 4 se repetirán cuando toque trabajo individual con el cuaderno de fichas.

Actividad 5: La maestra y los alumnos debaten en qué otras situaciones de la vida cotidiana se podrían usar las autoinstrucciones. De este modo relaciona la técnica con sus rutinas y le otorga sentido. Se escoge el ejemplo de “lavarse los dientes” y explican cómo hacerlo siguiendo las autoinstrucciones.

Actividades de generalización: gradualmente aplicamos las autoinstrucciones a situaciones cotidianas y de manera espontánea: en la fila al patio o al comedor, lavarse las manos...

Actividades con la familia: pedir a los padres que cuelguen el panel de autoinstrucciones en casa en un lugar visible y que compartan actividades con sus hijos ejerciendo de modelo. Por ejemplo: poner la mesa, hacer la comida...

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 2: ¿Cómo me pide la maestra que coloree la ficha?		Trabajo individual
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Colorear un dibujo atendiendo a los objetivos que marca la profesora. • Habilidades PEMPA: • Identificar la demanda y establecer objetivos • Usar las autoinstrucciones para reestructurarse mientras hace la tarea • Potenciar la autoevaluación (autorrefuerzo o rectificación errores). 	<ul style="list-style-type: none"> • No empieza a colorear hasta que la profesora termina de explicar el ejercicio. • Sigue el panel de autoinstrucciones. • Percibe que debe seguir unas normas para colorear y mira a la pizarra para tener presente los criterios y saber si lo está haciendo bien. • Se reestructura si ve que, por ejemplo, ha usado el color negro y rectifica. • Se da cuenta de que él mismo puede saber si lo ha hecho bien o mal mirando la pizarra, en lugar de depender de la maestra. • Se felicita a sí mismo si lo ha hecho bien y si no, muestra interés en ver qué ha fallado para corregirlo. 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
Los niños tienen que colorear una ficha siguiendo los objetivos y criterios que marca la maestra. La maestra deja constancia en la pizarra de los criterios para que los alumnos no los olviden mientras hacen el trabajo. La idea es que ellos mismos se vayan reestructurando si cometen fallos. Y al final comparen su dibujo con los criterios para autoevaluarse.	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha dibujo para colorear; colores; panel autoinstrucciones, goma de borrar 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
La demanda de la maestra es: “tenéis que colorear el dibujo de la ficha con la caja de lápices que tenéis en la mesa, pero con estas condiciones: 1) usar sólo colores Alpino. 2) No podéis usar ni el color negro ni el amarillo”. La maestra deja constancia de los criterios en la pizarra para que estén visibles mientras los alumnos colorean.		

Mientras colorean, la maestra se fija en qué niños miran la pizarra para ver si están coloreando de acuerdo al objetivo. Quién rectifica o qué niños ni siquiera se han dado cuenta de que que tienen que colorear de una manera determinada.

Conforme vayan terminando y pidan a la maestra que les diga si lo han hecho bien, ésta les pide que lo comprueben ellos mismos comparando su dibujo con los pictogramas de la pizarra. Que se autorrefuercen o que digan en qué han fallado y rectifiquen.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 3: Dibujo libre		Trabajo individual
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Establecer de antemano los criterios que usará el alumno para dibujar a su familia y autoevaluarse. • <u>Habilidades PEMPA:</u> • Autodeterminarse objetivos y criterios propios • Pensar antes cómo quiere hacer el dibujo • Potenciar la autoevaluación (autorrefuerzo o rectificación errores) comparando el resultado final con lo que él mismo se había planteado hacer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nombra antes cuántas personas va a dibujar. • Tiene en cuenta el límite de espacio (A4). • Decide los colores que utilizará para pintar su dibujo. • Deja constancia de sus criterios para tenerlos en cuenta durante toda la realización del dibujo. • Compara resultado final con los criterios que él se había marcado y se felicita o rectifica fallos. 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
La maestra pide a los alumnos que dibujen a su familia en una cartulina tamaño folio. Pero primero especificarán cómo quieren que sea su dibujo (en casa, en el parque, incluirá o no a los abuelos...) en un papel. Cuando termine, comparará su dibujo con lo que iba a hacer, y se autoevalúa.	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina, folios, lápices, goma de borrar, rotuladores... 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
La maestra hará preguntas para que los niños concreten los criterios de su dibujo del tipo: ¿cuántos sois en casa? ¿a quiénes vais a dibujar? ¿con qué colores? ¿os cabrá todo en el papel?...		

5.4.2. Actividades para fomentar las habilidades de planificación en grupo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 4: El centro de salud		Gran grupo / asamblea
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> Planificar los materiales necesarios para montar un centro de salud en el rincón de juego simbólico. Habilidades PEMPA: Habilidades de planificación 	<ul style="list-style-type: none"> Observa con atención la enfermería del centro. Participa en la asamblea y aporta ideas. No repite materiales que se han dicho ya. Compara los materiales llevados con los escritos en el mural y sabe cuántos sobran o faltan. 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
Según la Programación de Aula hay que acondicionar el rincón de juego simbólico a la temática de salud. Aprovechamos esta situación para, en lugar de hacerlo el docente solo, planificarlo con los alumnos y hacerles partícipes de las decisiones. Es la coyuntura ideal para trabajar las habilidades de planificación propuestas por PEMPA.	<ul style="list-style-type: none"> Cartulina, rotulador y todos los materiales sanitarios (vendas, guantes, mascarillas, guantes, gorros...). 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
<p>Actividad 1: Motivación. Visitamos la enfermería del colegio. Los alumnos escuchan a la enfermera y observan los materiales para hacer acopio de ideas.</p> <p>Actividad 2: Una vez en el aula, y en asamblea, la maestra pregunta ¿qué materiales se necesitan para construir un centro de salud en el rincón de juego simbólico? La maestra apunta las respuestas en una cartulina grande. Los niños traerán de casa los materiales.</p> <p>Actividad 3: Al día siguiente recopilamos los materiales traídos y pedimos a los alumnos que los vayan tachando del mural. Comprobamos si falta alguno, si sobran, etc.</p>		

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 5: Ya llega la Navidad a nuestra clase.		Gran grupo / asamblea
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Proponer diferentes alternativas para decorar la clase con motivos navideños y consensuar una decisión. • Fomentar la escucha y el diálogo en grupo a cerca de las posibles formas de llevar a cabo una tarea • Estimular el pensamiento divergente y la creatividad • Habilidades PEMPA: • Generar alternativas • Prever consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Plantea alternativas y escucha las de sus compañeros • Enumera las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa • Elige la alternativa más plausible • Anticipa las consecuencias de al menos una de las alternativas 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
De nuevo implicamos a los alumnos en la toma de decisiones. Aprovechamos la Navidad para decidir entre todos cómo podemos decorarla. Lo importante es que se den cuenta de que hay varias formas de hacer una misma actividad y todas válidas, pero hay que pensar antes si podemos llevarla a cabo.	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulinas, papel (charol, cebolla, pinocho...), tijeras, lápices, rotuladores, ceras, témperas, pegamento, pinceles, adornos de navidad... 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
<p>Actividad 1: En asamblea, los niños proponen alternativas y la maestra las apunta todas, por inviables que sean (alguno podría sugerir meter nieve en clase, sin prever que se derretirá). Se trata de una lluvia de ideas para despertar la creatividad de los niños y que participen todos.</p> <p>Actividad 2: La maestra repasa las opciones y pide a los alumnos que digan pros y contras. Por ejemplo, poner un árbol real puede ser muy bonito, pero el árbol no cabe por la puerta. Tachamos las opciones inviables. Hay que procurar que no se critiquen las alternativas porque sí, sino que se elijan o descarten en función de las consecuencias.</p>		

5.4.3. Actividades para fomentar la autorregulación emocional.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 6: Otras formas de resolver conflictos		Grupo-clase / asamblea
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar y describir situaciones conflictivas • Buscar otras formas de solucionar el conflicto que no tengan consecuencias negativas • Mejorar la adaptación socio-emocional • <u>Habilidades PEMPA:</u> • Generar alternativas y prever las consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica el problema y lo describe • Asocia la emoción negativa a la mala solución del problema • Propone alternativas que eviten las consecuencias negativas 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
<p>Durante dos meses, la maestra ha registrado cuáles son los conflictos más comunes en el aula. Selecciona tres para trabajarlos con los alumnos. Por ejemplo: 1) Un niño quiere el juguete de otro y como no se lo deja le pega. 2) Un niño quiere empezar a comer pero tiene que esperar a que todos están sentados y se impacienta. 3) Una niña no sabe hacer una ficha, se siente muy mal porque que ve que sus compañeros sí y se pone tan nerviosa que ni lo intenta. Los niños deben identificar el problema, las emociones que sienten y proponer otras soluciones que no lleven al castigo o a sentirse mal consigo mismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Imágenes que describan las situaciones. 	
NORMAS DE APLICACIÓN		
<p>La maestra plantea las situaciones y hace las siguientes preguntas: ¿Cuál es el problema? ¿Cómo se siente el niño de la imagen? Si pega al otro niño para conseguir el juguete, ¿le castigarán? ¿Qué otras cosas puede hacer?</p> <p>Primero puede preguntar a un solo alumno, pero después deberá preguntar a todos. Se pretende que el niño se dé cuenta de que cuando tiene un conflicto y se siente mal, puede pararse y pensar antes de actuar.</p>		

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD		FORMATO GRUPO
Sesión 7: Castigos constructivos		Trabajo individual
OBJETIVOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • Asumir las consecuencias negativas de sus acciones • Aprender de los errores • Solucionar sus propios problemas • Fomentar la proactividad generando ellos mismos alternativas de respuesta ante sus problemas. • <u>Habilidades PEMPA:</u> • Generar alternativas y prever las consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Muestra interés por solucionar el problema • Reconoce sus errores • Propone alternativas y las aplica 	
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES Y RECURSOS	
<p>Esta actividad es para solucionar problemas en tiempo real. Cuando un alumno incumpla una norma de clase y vaya a ser castigado se le da a escoger entre el castigo (por ejemplo, ir a la silla de pensar) o evitar el castigo explicando de qué otra forma podría haberse comportado.</p>		
NORMAS DE APLICACIÓN		
<p>Si, por ejemplo, está prohibido pegar a los compañeros y saben que cuando pegan a un compañero tienen que irse a la silla de pensar, el alumno que escoja rectifica su error debe seguir estos pasos:</p> <p>1º Debe aceptar la responsabilidad de que ha hecho algo inadecuado (pegar) y unas consecuencias negativas de su conducta.</p> <p>2º Debe pensar en una forma alternativa de responder. El niño ha pegado porque quería el juguete de otro. ¿Qué otra cosa puede hacer para conseguir el juguete? Puede pedirselo por favor a su compañero. Puede proponer cambiarlo por el suyo. Puede decirle a la maestra que quiere el juguete pero no se lo dejan y se siente muy furioso.</p> <p>* Sería muy conveniente invitar a las familias a que sigan esta dinámica con sus hijos, que no les den las soluciones hechas (aunque sean castigos) y que tengan en cuenta las sugerencias de sus hijos para resolver problemas.</p>		

5.5. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

Se espera que este trabajo contribuya a facilitar la evaluación de la autonomía global del niño con criterios más objetivos que puedan medir habilidades más cognitivas. Se pretende que el maestro incluya en su metodología de aula la observación y valoración del componente cognitivo en la autonomía de sus alumnos. Partiendo del objetivo general y de los objetivos específicos de nuestra propuesta, hemos establecido unos criterios de evaluación para determinar su consecución. Véase Anexo 9.3.

5.6. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

De cara a los alumnos el primer objetivo será identificar una serie de parámetros, de criterios concretos y mensurables, basados en los propuestos en el programa PEMPA, sobre la evolución de la conducta de los alumnos en lo que a habilidades de autorregulación se refiere. Para facilitar la tarea en cada sesión se han especificado los criterios de evaluación para que el docente tenga claro desde el principio qué conductas concretas del niño debe observar.

Asimismo, hemos diseñado una plantilla con los indicadores de evaluación por cada habilidad de autorregulación que queramos trabajar. Si el docente quiere diseñar otras actividades sabrá qué conductas concretas debe valorar. Véase Anexo 9.4.

Mediante la observación directa, el docente plasmará en un diario de campo y de manera libre, el desarrollo de las sesiones y la conducta autónoma (o no) del niño. Si es viable, aconsejamos la grabación en vídeo de las sesiones para poder extraer y analizar mejor a los alumnos.

Para valorar las condiciones de que parte cada alumno podemos realizar la sesión 2 al inicio de la propuesta y tantear así el sistema de autorregulación individual. Luego se volverá a realizar la sesión de acuerdo al cronograma.

Grosso modo, después de la aplicación de la propuesta y de entrenar las habilidades en otras actividades, se espera que el alumno dependa menos de la maestra, sepa autoevaluarse en actividades sencillas, use las autoinstrucciones para regular su conducta y pueda generar alternativas de solución ante una tarea e incluso un conflicto.

5.7. CRONOGRAMA

Las actividades de nuestra propuesta de intervención se llevarán a cabo en el primer trimestre del curso porque es importante que los alumnos se familiaricen con las habilidades cuanto antes y puedan entrenarlas el resto de año. También hay que adaptar las actividades a los horarios de cada grupo y que la actividad concuerde con que ese día de la semana haya asamblea o trabajo de fichas. De momento pretendemos que esta propuesta sirva como modelo para que otros docentes programen las suyas propias en los siguientes trimestres. Por eso la temporalización es sólo orientativa y no hay fechas concretas.

	OCTUBRE					NOVIEMBRE					DICIEMBRE				
	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V	L	M	X	J	V
Sem. 1	S1										S7				
Sem. 2		S2		S3			S4	S4						S5	
Sem. 3						S6						S7			
Sem. 4						S6									

* La sesión 1 es la más larga y más difícil de aplicar, dado que requiere pasos muy concretos y puede agotar a los alumnos. Se puede dividir en dos días, aunque puede perder eficacia. Otra opción es emplear toda la mañana para esta sesión.

* La sesión 7 se puede programar pero está pensada para aplicar en función de las necesidades reales.

6. CONCLUSIONES DE LA PROPUESTA

Esta propuesta pretendía diseñar actividades didácticas para trabajar autonomía personal en el aula desde el enfoque cognitivo, tomando como referencia las habilidades de autorregulación descritas en el programa PEMPA. Se han diseñado siete sesiones con actividades habituales en las aulas, pero adaptadas a trabajar estos procesos. *Grosso modo*, el objetivo general se ha cumplido.

Durante la fase de documentación bibliográfica, no hallamos ejemplos de implementaciones didácticas de PEMPA en aulas de Infantil, ni resultados de haber aplicado propuestas similares en el aula. Decidimos seguir adelante con el tema de nuestra propuesta y darle a la misma un carácter innovador, pues el tema nos interesa profundamente. Al realizar la propuesta, primero pensamos en actividades curriculares y situaciones de aprendizaje típicas del aula de Infantil. Después seleccionamos las habilidades de autorregulación que queríamos trabajar y diseñamos las actividades. Las tres primeras sesiones pretenden trabajar la autonomía personal y potenciar la autorregulación a través de las autoinstrucciones, es decir, el lenguaje interno. Son las actividades que más se ciñen a la estructura de PEMPA, y también las más técnicas. Los otros dos apartados los planteamos como actividades globales y situaciones cotidianas en las que aplicar habilidades de autorregulación de manera que los niños otorgasen más significado y descubriesen por sí mismos los beneficios de aplicar las estrategias.

Ahora bien, quizá de querer aplicar las habilidades en otros contextos, las actividades parecen dispersas y, sobre todo, globales. Por tanto el objetivo específico de crear actividades concretas se ha cumplido en menor grado. Además, introducir la técnica de autoinstrucciones no deja de ser una metodología nueva que se añade a la realización de las actividades, y quizá sean demasiadas cosas para un TFG.

Al no poder aplicar la propuesta, nos quedamos con la duda si los niños de 5 y 6 años tienen nivel de lenguaje interno suficiente como para usarlo como regulador de la conducta. La literatura así lo refleja, pero la variabilidad interindividual a estas edades es enorme y puede haber niños con los que la propuesta sea inviable.

En conclusión, consideramos nuestra propuesta innovadora y necesaria por querer enseñar la autorregulación desde el modelo cognitivo para que nuestros alumnos sean autónomos, pero es una idea difícil de concretar en una propuesta educativa. Un tema complicado de vertebrar para un primer trabajo de investigación.

7. CONSIDERACIONES FINALES

La realización del Trabajo Fin de Grado ha supuesto un gran reto, tanto a nivel personal como académico. Una experiencia tan ardua como enriquecedora. Considerando este trabajo como una síntesis de las competencias adquiridas en el grado, nuestra valoración es la siguiente:

Competencias básicas: Quizá impulsados por la vocación, hemos adquirido los conocimientos del grado y en multitud de asignaturas hemos profundizado de manera autodidacta y con pensamiento crítico. Es a la hora de aplicar los conocimientos donde tenemos que incidir, pues es difícil estructurar y plasmar por escrito un trabajo de investigación como este. En la elaboración del TFG hemos aprendido que la fase de investigación y documentación bibliográfica no se puede dilatar tanto, pues nuevas ideas diluyen el propósito inicial. En cuanto a saber expresar de manera clara ideas complejas, hemos dedicado gran parte y esfuerzo de este trabajo a explicar un marco teórico que se nutre de terminología del campo de la psicología.

Competencias generales: Hemos redactado la propuesta educativa con estructura didáctica.

Competencias específicas: Si bien aún no hemos ejercido como docentes, nos consideramos Maestras y sólo nos falta experiencia para aplicar conocimientos y valorar el rol docente.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bornas, X. (1994). *La Autonomía personal en la infancia. Estrategias cognitivas y pautas para su desarrollo*. Madrid: Siglo XXI.
- Bornas, X., Servera, M. y Galván, R. (2000). *PEMPA. Programa para el desarrollo de la reflexividad y el autocontrol*. Cruces-Barakaldo: Grupo ALBOR-COHS.
- Carrasco, J. B. (2007). *La formación por competencias*. Material no publicado.
- Meichembaum, D. y Goodman, J. (1971). Training Impulsive Children to themselves: A Means of Developing Self-Control. *Journal of Abnormal Psychology*, 2, 115-126.
- Murphy, L.B. (1974). Coping, vulnerability and resilience in childhood. En G.V. Coelho, D.A. Hamberg, J. E. Adams (Eds.). *Coping and adaptation*. Nueva York: Basic Books.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación. Boletín Oficial del Estado 106, de 4 de mayo de 2006.
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de Diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. Boletín Oficial del Estado, 5, de 4 de Enero de 2007.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. Boletín Oficial del Estado 295, de 10 de diciembre de 2013.
- Servera, M. (1992). Enseñar a pensar. *Afuntap*, 2, p. 4. Material no publicado. Recuperado el 3 de Marzo de 2015 de http://www.sectormatematica.cl/articulos/ens_pensar.pdf
- Turner, J. (1986). *El niño ante la vida: enfrentamiento, competencia y cognición* (2ª ed.). Madrid: Ediciones Morata.
- Universidad Internacional de la Rioja (2012). Tema 7: Autonomía y aprendizaje. Material no publicado. Recuperado el 20 de Febrero de 2016 de infantil.unir.net/cursos/lecciones/lecc_GMEI14/

Universidad Internacional de la Rioja (2012). Tema 9: Desarrollo del autoconocimiento y la autonomía en el aula de infantil. Material no publicado. Recuperado el 25 de Febrero de 2016 de infantil.unir.net/cursos/lecciones/lecc_GMEI14/

VALLET, M. (2007). *Educación a niños y niñas de 0 a 6 años*. Madrid: WK Educación.

9. ANEXOS

9.1. ANEXO I

Panel de autoinstrucciones

Panel de Autoinstrucciones

1 ¿Qué es lo que tengo que hacer?	2 ¿Cómo lo voy a hacer?	3 Tengo que estar muy atento y ver todas las respuestas posibles
		
4 ¡Ya está! Creo que la solución es esta.	5 ¡Fantástico! Me ha salido bien. Soy un genio.	6 ¡Vaya! Me ha salido mal. ¿por qué? ¡Ah!, es por eso! La próxima vez me saldrá mejor
		

<http://enlaescuelacabentodos.blogspot.com>

la seño vanespecial

Extraído de: <http://lapsicologiaysuentorno.blogspot.com.es/2012/10/tdah.html>

9.2. ANEXO II

Fichas de la sesión 1

Info[®]
Fitagoras

Colorea de azul los medios de transporte que van hacia la **derecha** y de rojo los que van hacia la **izquierda**.
Cuenta cuántos hay en cada dirección.

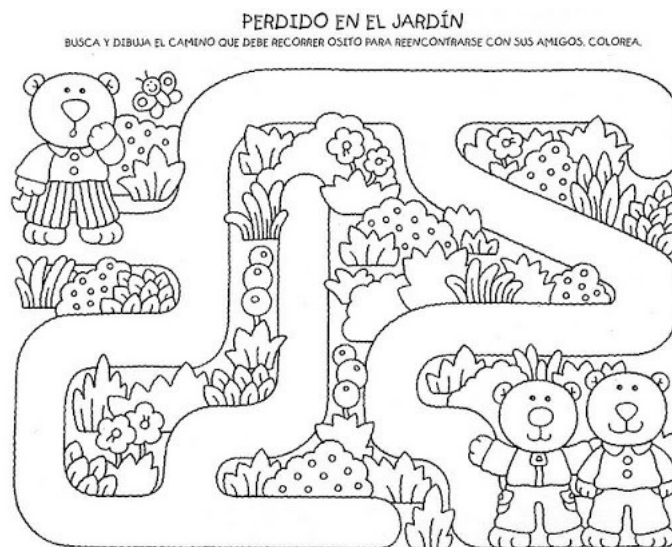
EDUCACIÓN INFANTIL/5 AÑOS
Conceptos básicas/Conceptos espaciales
Medios de transporte

13

IZQUIERDA ←

→ DERECHA

Extraído de: <http://www.educa2.madrid.org/web/mariano.moreno/fichas-por-edades>



Extraído de: <http://olgarodriguez-olga.blogspot.com.es/p/recursos-didacticos.html>

9.3. ANEXO III

Evaluación de la propuesta

Criterios de evaluación en función de los objetivos establecidos

Objetivos específicos	Criterios de evaluación
1. Fomentar la autonomía personal desde el enfoque cognitivo en las actividades llevadas a la práctica en el aula.	<ul style="list-style-type: none"> • Combinar e integrar las habilidades de PEMPA en las actividades llevadas a cabo.
2. Conocer las posibilidades que nos ofrecen las habilidades del programa PEMPA para trabajar la autonomía personal, a través de la realización de las actividades diseñadas.	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades específicas o globalizadas para conocer las posibilidades que nos ofrecen las habilidades de PEMPA. • Favorecer el aprendizaje de cada habilidad.
3. Entrenar la adquisición del lenguaje interno como regulador de la conducta durante las actividades.	<ul style="list-style-type: none"> • Partir de las autoinstrucciones a la hora de aplicar las actividades. • Trabajar en voz alta usando las autoinstrucciones y generalizar su uso en actividades extra-académicas.
4. Aprender mediante el método autoinstruccional las posibilidades que ofrece trabajar la autorregulación.	<ul style="list-style-type: none"> • Crear actividades enfocadas a seguir este método. • Adaptar actividades curriculares vertebrándolas en los 6 pasos de que consta el método autoinstruccional.
5. Desarrollar capacidades y habilidades más globales en el niño como la capacidad de iniciativa, la creatividad o la resolución de conflictos emocionales por sí mismos. Trabajar competencias para la vida como el trabajo autónomo, la independencia mediante la autoevaluación, o la inteligencia emocional.	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar actividades que integren las habilidades PEMPA de forma globalizada.

9.4. ANEXO IV

Evaluación del aprendizaje

Criterios de evaluación por habilidad concreta

Habilidad	Criterios de evaluación
Identificación de la demanda	<ul style="list-style-type: none"> No comienza la actividad hasta que la maestra termina de explicarla. Entiende la actividad porque sabe expresarla con sus propias palabras. Dice de cuántas acciones consta la tarea.
Autodeterminación de objetivos y criterios	<ul style="list-style-type: none"> Una vez captada la demanda, se para a pensar qué va a hacer. Concreta los objetivos especificando qué va a hacer. Escribe o dibuja los objetivos para no olvidarlos cuando haga la actividad. Se evalúa en función de la consecución de los objetivos que él mismo se había marcado. No necesita que la maestra evalúe su trabajo porque él sabe si lo ha hecho bien.
Generación de alternativas	<ul style="list-style-type: none"> Piensa y expresa varias formas de hacer la tarea.
Previsión de consecuencias y toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none"> Elige la alternativa en función de las consecuencias y sin perder de vista el objetivo. Es capaz de frenar su conducta porque antes piensa las consecuencias que traerá. Es consciente de que no todas las ideas se pueden aplicar.
Elaboración de la solución	<ul style="list-style-type: none"> Identifica y ordena los pasos a seguir antes de realizar la actividad.

	<ul style="list-style-type: none"> • Prepara el material que necesitará.
Autoinstrucciones	<ul style="list-style-type: none"> • Presta atención a la maestra que realiza una actividad con autoinstrucciones. • Hace la actividad siguiendo el panel autoinstruccional. • Se dice en voz alta las autoinstrucciones cuando realiza la actividad.
Autoobservación	<ul style="list-style-type: none"> • Se controla y reestructura mientras realiza la tarea, siempre en base a los objetivos.
Autoevaluación continua / final	<ul style="list-style-type: none"> • Tienen delante los objetivos de la actividad. • Mira los objetivos mientras hace la tarea. • Rectifica los errores durante la actividad. • Se autoevalúa comparando el resultado con los objetivos. • No pide tanto la evaluación de la maestra.
Autorreforzamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Se felicita a sí mismo cuando logra la tarea.