

# Aventura pirata

Entrenamiento de la Atención y  
de las Funciones Ejecutivas  
mediante Autoinstrucciones



A. Sardinero



# Aventura pirata

Entrenamiento de la **Atención** y de las  
**Funciones Ejecutivas** mediante Autoinstrucciones

Andrés Sardinero

The word "MANUAL" is centered between two horizontal bands of light blue wavy lines that resemble water or waves.

**MANUAL**



Madrid, 2017

### Cómo citar esta obra

Para citar esta obra, por favor, utilice la siguiente referencia:

Sardinero, A. (2017). *Aventura pirata. Entrenamiento de la Atención y de las Funciones Ejecutivas mediante Autoinstrucciones*. Madrid: TEA Ediciones.

Copyright © 2017 by TEA Ediciones S.A.U., Madrid (España).

I.S.B.N.: 978-84-16231-52-2

Depósito legal: M-24100-2017

Edita: TEA Ediciones, S.A.U. Fray Bernardino Sahagún, 24. 28036. Madrid

Printed in Spain. Impreso en España.

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del "Copyright", bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

# Índice

Acerca del autor .....	4
Ficha técnica .....	5
<b>1. DESCRIPCIÓN GENERAL</b> .....	<b>7</b>
1.1. INTRODUCCIÓN .....	7
1.2. FINALIDAD Y CONTEXTO .....	8
1.3. CONTENIDO Y ESTRUCTURA .....	10
1.4. MATERIALES .....	10
<b>2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	<b>11</b>
2.1. AUTOINSTRUCCIONES .....	12
2.2. FASES DEL ENTRENAMIENTO AUTOINSTRUCCIONAL .....	15
2.3. EL ENTRENAMIENTO AUTOINSTRUCCIONAL EN EL MARCO DE LA TERAPIA .....	16
2.4. DESCRIPCIÓN DE LAS TAREAS DEL AVENTURA PIRATA .....	19
2.4.1. Mapa pirata .....	19
2.4.2. Recuento de la tropa .....	21
2.4.3. Coordenadas .....	23
2.4.4. Inventario .....	25
<b>3. NORMAS DE APLICACIÓN Y CORRECCIÓN</b> .....	<b>29</b>
3.1. RECOMENDACIONES GENERALES SOBRE LA APLICACIÓN .....	29
3.2. TAREAS .....	30
3.2.1. Mapa pirata .....	30
3.2.2. Recuento de la tropa .....	33
3.2.3. Coordenadas .....	35
3.2.4. Inventario .....	38
3.3. CORRECCIÓN DE LAS TAREAS .....	40
3.4. ACERCA DEL VOCABULARIO .....	42
Referencias bibliográficas .....	43
Apéndice .....	45

## Ficha técnica

<b>Nombre</b>	Aventura pirata. <i>Entrenamiento de la Atención y de las Funciones Ejecutivas mediante Autoinstrucciones.</i>
<b>Autores</b>	Andrés Sardinero.
<b>Procedencia</b>	TEA Ediciones (2017).
<b>Aplicación</b>	Individual.
<b>Ámbito de aplicación</b>	De 6 a 12 años dividido por niveles: <ul style="list-style-type: none"><li>- Nivel 1: de 6 a 8 años (de 1.º a 2.º de Ed. Primaria).</li><li>- Nivel 2: de 8 a 10 años (de 3.º a 4.º de Ed. Primaria).</li><li>- Nivel 3: de 10 a 12 años (de 5.º a 6.º de Ed. Primaria).</li></ul>
<b>Duración</b>	Entre 10 y 15 minutos aproximadamente cada tarea (60 tareas por nivel).
<b>Finalidad</b>	Mejorar la capacidad atencional y de autorregulación (funciones ejecutivas) de niños y niñas con diversos problemas (TDAH...).
<b>Materiales</b>	Manual, cuadernos de fichas (niveles 1, 2 y 3) y lámina de autoinstrucciones.



# 1. DESCRIPCIÓN GENERAL

## 1.1. INTRODUCCIÓN

El programa de entrenamiento Aventura pirata tiene como objetivo enseñar a los niños y las niñas<sup>1</sup> a hablarse a sí mismos, empleando una estructura organizada de instrucciones, para que puedan resolver de manera independiente tareas académicas y cognitivas de una forma atenta y reflexiva.

El entrenamiento se centra en ayudar al niño a desarrollar y utilizar de manera sistemática habilidades como: reconocer las demandas específicas de la actividad académica a completar; planificar y generar estrategias para solucionar eficazmente los problemas; ser capaz de actuar siguiendo un orden y dedicando esfuerzo atencional; y, por último, desarrollar el hábito de revisar sus tareas una vez completadas demandando menos supervisión adulta, valorando sus éxitos y aprendiendo de sus errores.

El programa se compone de cuatro tipos de tareas que han sido diseñadas para ejercitar el esfuerzo atencional, la memoria de trabajo y algunas funciones ejecutivas tales como la planificación, la actualización, la supervisión y la monitorización de la ejecución.

Para incrementar su motivación, el programa Aventura pirata está planteado como una historia en la que el niño o la niña participa como si fuese el grumete de un barco pirata que se enfrenta a muchos desafíos en un viaje fantástico. Así, cada una de las cuatro tareas que forman cada nivel se presenta como una misión encargada por el capitán del barco, una misión importante que tienen que cumplir para que el viaje siga su curso.

El programa toma como referencia las teorías de Meichenbaum (Meichenbaum, 1971, 1975, 1976, 1977, 1979a, 1979b, 1985, 1988; Meichenbaum y Burland, 1979; Meichenbaum y Goodman, 1971) y Orjales (2007) sobre el entrenamiento instruccional. Este entrenamiento basado en autoinstrucciones forma parte de una intervención necesariamente multimodal, en particular en los casos diagnosticados de TDAH, por lo que se recomienda complementar este programa con el uso de otras técnicas de intervención que respondan a las necesidades específicas del niño o la niña.

<sup>1</sup> En la redacción de este manual se ha tratado de utilizar diferentes recursos lingüísticos para evitar, en la medida de lo posible, el uso mayoritario del género masculino como genérico. No obstante, en ocasiones ha resultado necesario dicho uso en aras de la economía y eficacia del lenguaje, para evitar continuos desdoblamientos que dificultarían la lectura, así como redacciones confusas, ambiguas o extrañas.

---

## 1.2. FINALIDAD Y CONTEXTO

---

El programa Aventura pirata ha sido concebido para **mejorar la capacidad atencional** de los niños y niñas de 6 a 12 años de edad con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH). El programa también puede resultar apropiado para los que puedan beneficiarse de adquirir **un estilo más reflexivo, independiente y organizado** en la resolución de tareas que requieran de esfuerzo atencional, memoria de trabajo y velocidad de procesamiento de la información, a pesar de no cumplir los criterios diagnóstico del déficit o de presentar otros trastornos del neurodesarrollo.

Para ello, el programa se basa en un entrenamiento con autoinstrucciones para realizar cada una de las tareas que se plantean. El objetivo es que el niño o la niña sistematice e interiorice estas autoinstrucciones de forma que le será más fácil realizar tareas o actividades que requieran altos niveles de atención. En la tabla 1.1 se presentan y describen las 5 autoinstrucciones a utilizar con las fichas del programa.

El programa Aventura pirata cuenta con **tres cuadernos de fichas** (uno por nivel) organizados de menor a mayor dificultad y que están especialmente diseñados para distintos grupos de edad:

- ✧ **Nivel 1:** de 6 a 8 años (de 1.º a 2.º de Ed. Primaria).
- ✧ **Nivel 2:** de 8 a 10 años (de 3.º a 4.º de Ed. Primaria).
- ✧ **Nivel 3:** de 10 a 12 años (de 5.º a 6.º de Ed. Primaria).

Esta clasificación por edades es orientativa. Para algunos niños o niñas, por su nivel de desempeño y desarrollo neuropsicológico, resultará más adecuado trabajar con cuadernos de niveles superiores o inferiores a los indicados para su edad o curso académico. Por tanto, el criterio fundamental es el nivel de rendimiento y desarrollo de la persona con que se esté interviniendo.

Tabla 1.1. Descripción de las autoinstrucciones

Autoinstrucción		Descripción
1	Miro y digo todo lo que veo.	Realizar un análisis contextual previo. Efectuar un rastreo visual general de la página antes de leer el enunciado para comprender la estructura de la tarea y la disposición de los elementos en la página (las preguntas, el área de respuesta, etc.). Formular hipótesis sobre el objetivo de la tarea y la estrategia de resolución.
2	¿Qué es lo que tengo que hacer?	Realizar una lectura comprensiva del enunciado de la tarea. Hacer un procesamiento profundo y productivo de la información. Comprender los objetivos de la tarea: cuál es el resultado final que se espera y cuál es el producto y las respuestas que se solicitan. Incentivar al niño o a la niña para que pregunte al adulto o busque información externa solo si no ha comprendido el enunciado.
3	¿Cómo lo voy a hacer? ¿Qué pasos seguiré para resolverlo?	Planificar y seleccionar estrategias de acción. Tomar decisiones previas a la emisión de las respuestas. Anticiparse y visualizar las estrategias cognitivas requeridas para alcanzar el resultado final deseado. Utilizar los conocimientos previos disponibles procedentes de experiencias educativas similares. Generar nuevos modos de resolver problemas. Controlar el impulso y la tendencia a responder de manera irreflexiva.
4	Respondo paso a paso con atención. ¿Qué puedo responder aquí? ¿Y aquí? ¿Y aquí? ...	Focalizar y mantener la atención mientras se resuelve la actividad. Considerar las diferentes opciones de respuesta en cada paso intermedio de la tarea. Ejecutar la tarea en orden secuencial. Evitar la comisión de errores y la omisión de respuestas. Incentivar el desempeño caracterizado por entrar en el modo de esfuerzo atencional.
5	Reviso cómo me ha salido. Comparo mis respuestas con lo que tenía que hacer.	Promover la autoevaluación y el trabajo independiente.
5a	¡Estupendo! ¡Me ha salido bien!	En caso de éxito, realizar atribuciones causales internas acerca del buen desempeño, al tiempo que se reconoce la ventaja de trabajar siguiendo un plan de acción aplicando autoinstrucciones. Promover la generalización del uso de las autoinstrucciones mediante reforzamiento verbal.
5b	¿Qué ha fallado? ¿Utilicé una mala estrategia o me equivoqué en algún paso? ¡No pasa nada, lo aprendo y la próxima vez podré hacerlo mejor!	En caso de cometer errores, realizar atribuciones centradas en el comportamiento específico y no en factores internos (p. ej., "Soy un desastre"). Aprender de la experiencia y del error para mejorar y motivarse hacia la ejecución futura.

---

## 1.3. CONTENIDO Y ESTRUCTURA

---

El programa Aventura pirata está formado por **tres niveles** dependiendo de la edad (véase el apartado 1.2.). En cada nivel hay **4 tipos de tareas o actividades**:

- ✿ Mapa pirata.
- ✿ Recuento de la tropa.
- ✿ Coordenadas.
- ✿ Inventario.

Por cada actividad existen **15 fichas** en el cuaderno de fichas, ordenadas de menor a mayor dificultad. Así, el cuaderno del nivel 1 tiene, en primer lugar, 15 fichas correspondientes a Mapa pirata, luego 15 fichas de Recuento de la tropa, 15 de Coordenadas y, por último, 15 de Inventario. La misma estructura siguen los cuadernos de los niveles superiores, por lo que cada nivel tiene un total de **60 fichas de trabajo**. La solución de todas ellas se encuentran al final de este manual en el apéndice.

---

## 1.4. MATERIALES

---

El programa Aventura pirata se compone de un manual, tres cuadernos de fichas y una lámina de autoinstrucciones.

En este **manual** encontrará una contextualización del programa y sus características. Además, se detallan cada una de las tareas para que el profesional conozca los procesos subyacentes, la forma en que se deben presentar y guiar las actividades y las conductas a tener en cuenta a la hora de valorar los resultados.

Los **cuadernos de fichas** son materiales fungibles (no reutilizables) destinados al niño o a la niña. En ellos se presentan las fichas ordenadas por tipo de tarea y dificultad. Estas se desprenden fácilmente del lomo para que sea más cómodo el trabajo con ellas. Existen tres cuadernos de fichas diferentes dependiendo del nivel al que van dirigidos.

La **lámina** con el esquema de las autoinstrucciones está diseñada para poder usarla cada vez que se trabaje en alguna de las fichas de los cuadernos o en cualquier otro tipo de tareas. Presenta las cinco autoinstrucciones de modo que el niño o la niña pueda emplearla como recordatorio mientras realiza las tareas.

LA VISUALIZACIÓN  
DE ESTA PÁGINA  
NO ESTÁ DISPONIBLE.

Si desea obtener más información  
sobre esta obra o cómo adquirirla consulte:

[www.teaediciones.com](http://www.teaediciones.com)



La *Aventura Pirata, Entrenamiento de la Atención y de las Funciones Ejecutivas mediante Autoinstrucciones*, es un programa destinado a niños y niñas diagnosticados con TDAH o a aquellos que puedan beneficiarse de adquirir un estilo más reflexivo, independiente y organizado para realizar sus tareas.

El objetivo del programa es desarrollar el hábito de trabajo sistemático en niños que cometen errores en sus tareas diarias por problemas de atención. Se basa en la teoría de autoinstrucciones de Mencheinbaum, mediante la cual el niño verbaliza unas pautas durante el desarrollo de la tarea con la finalidad de obtener el resultado acorde a la tarea que está realizando sin saltarse ningún paso.

Está formado por **tres cuadernos de fichas** organizados de menor a mayor dificultad:

- **Nivel 1:** de 6 a 8 años (de 1.º a 2.º de Ed. Primaria).
- **Nivel 2:** de 8 a 10 años (de 3.º a 4.º de Ed. Primaria).
- **Nivel 3:** de 10 a 12 años (de 5.º a 6.º de Ed. Primaria).

En cada cuaderno se pueden encontrar 4 tipos de tareas (**Mapa pirata, Recuento de la tropa, Coordenadas e Inventario**) compuestas por 15 fichas cada una de ellas. Además, el programa incluye una lámina independiente con las autoinstrucciones para que pueda estar siempre presente durante el desarrollo de las tareas.

Por su sencillez y su flexibilidad, el programa es adecuado para trabajar tanto en clínica como en contextos educativos. Es un recurso muy útil y atractivo que permite trabajar con las fichas de forma consecutiva a lo largo de una sesión o como parte de un programa de intervención intercalándolo con otras tareas enfocadas a un mismo objetivo.



A la *vanguardia* de la  
*evaluación psicológica* ✓

[www.teaediciones.com](http://www.teaediciones.com)

