

## Hablar consigo mismo(a)

### Tema

Su hijo o hija está aprendiendo en la escuela cómo hablar consigo mismo(a). “Hablar consigo mismo(a)” significa decirse cosas a sí mismo(a) en voz baja. El uso de este recurso ayuda a las niñas y los niños a concentrarse y a aprender tanto en la escuela como en la casa.

Su hijo(a) puede usar el recurso de hablar consigo mismo(a) para hacer lo siguiente:

- Enfocar su atención, por ejemplo al decirse: “Enfócate”, “Escucha”.
- Recordarse lo que tiene que hacer, por ejemplo: “Colgar mi chamarra en el gancho”.
- Continuar con una tarea, por ejemplo: “Recoger todos los bloques”.
- Controlar su cuerpo, por ejemplo: “Quedarme en mi silla”.

### Juego

Juegue un juego con él o ella para practicar el uso de este recurso. Para este juego, use varios objetos similares de diferentes colores (como varios lápices de colores, juguetes o calcetines). Ponga los objetos en un recipiente.

Diga: **Vamos a jugar el juego de “Di el color”. Yo pondré dos lápices de colores en la mesa y diré sus colores. Di conmigo: “color rojo, color azul”.** Saque los objetos del recipiente y póngalos sobre la mesa mientras los nombra. Regrese los objetos al recipiente. Dele el recipiente a su hijo(a). **Ahora, sin mi ayuda, saca y pon en la mesa los lápices con esos mismos colores, recuerda decir los colores.**

Continúen jugando usando diferentes colores y más objetos para hacer más difícil el reto.

### Historia



La historia de esta semana es sobre Olivia y Antonio. Olivia está usando el recurso de hablar consigo misma para recoger los juguetes. Está cantando una cancioncita para enfocar su atención en recoger. Pregunte a su hijo(a) sobre esta historia.

- **¿Qué ves en esta foto?**
- **¿Qué crees que se está diciendo Olivia a sí misma para mantenerse enfocada? Ayude a su niño o niña a pensar en algo para hablar consigo mismo(a) que le sirva para enfocarse a la hora de recoger los juguetes.**

**Vamos a practicar cómo Olivia usa el recurso de hablar consigo mismo(a) para enfocar la atención.** Practique con su hijo(a) cómo usar el recurso de hablar consigo mismo(a). (Es la hora de recoger mis juguetes. Ponerme los zapatos. Lavarme los dientes).

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma de Familiares: \_\_\_\_\_