

# Carrera de letras

**+2** N° jugadores: 2 a 8

**+7** Nivel educativo: 1°, 2°, 3er Ciclo de Primaria

# FICHA PEDAGÓGICA



**FUNCIONES EJECUTIVAS**

**COMPETENCIAS**

**OTROS PROCESOS DESARROLLADOS**

**POSIBILIDADES EN EL AULA**



# 1 FUNCIONES EJECUTIVAS

Las funciones ejecutivas son parte de las denominadas funciones cognitivas complejas, se sitúan en la corteza prefrontal (lóbulo frontal) y se activan cuando nos enfrentamos a una tarea novedosa, a un problema, o queremos alcanzar un objetivo. Son propias del ser humano porque requieren de consciencia, voluntad y perseverancia.

Las funciones ejecutivas no son sólo indispensables en el ámbito educativo, también son vitales en nuestro día a día para desenvolvernó en nuestro entorno con éxito debido a su implicación en el ámbito emocional y conductual.

## 1

### MEMORIA DE TRABAJO O MEMORIA OPERATIVA

La memoria de trabajo permite almacenar y mantener temporalmente la información que recibimos por vía sensorial, para operar en décimas de segundo con ella y capacitar la toma de decisiones, incluso cuando esta información ya no está accesible a los sentidos.

En Carrera de Letras, esta función se desarrolla cuando se reflexiona sobre la palabra a escoger entre todo el equipo, en lugar de decir la primera palabra que surge en la mente. El objetivo consiste en aportar aquella que sea considerada óptima y, por tanto, pueda ser elegida en el turno de partida. Contar con un temporizador (reloj de arena) es ideal para fomentar el hecho de tomarse un tiempo para elaborar y consensuar la respuesta, constituyendo un excelente elemento para potenciar no solamente esta función ejecutiva sino otras que se detallarán más adelante.

### TOMA DE DECISIONES

Es la función que permite realizar una elección, teniendo en cuenta la información recibida, las alternativas y las consecuencias de las opciones.

## 2



En el juego, la toma de decisiones se lleva a cabo en el momento en el que se elige compartir con el equipo una o varias palabras en concreto de entre todas las que han surgido en el propio individuo. Asimismo, se lleva a cabo en equipo a la hora de elegir una palabra en cada turno.



**3**

**CONTROL INHIBITORIO O INHIBICIÓN DE IMPULSOS**

Se trata de la capacidad del ser humano para inhibir o controlar las respuestas automáticas (impulsivas) y, generar así, respuestas basadas en el razonamiento. Para ello, es indispensable el control de la atención. El control inhibitorio y la atención son dos funciones principales que necesitan ser desarrolladas en la infancia.

En Carrera de Letras, esta función se desarrolla cuando se reflexiona sobre la palabra a escoger entre todo el equipo, en lugar de decir la primera palabra que surge en la mente. El objetivo consiste en aportar aquella que sea considerada óptima y, por tanto, pueda ser elegida en el turno de partida. Contar con un temporizador (reloj de arena) es ideal para fomentar el hecho de tomarse un tiempo para elaborar y consensuar la respuesta, constituyendo un excelente elemento para potenciar no solamente esta función ejecutiva sino otras que se detallarán más adelante.

**FLEXIBILIDAD COGNITIVA**

Consiste en la capacidad que tiene el cerebro para adaptar su pensamiento y conducta a situaciones cambiantes, inesperadas o novedosas. Esta función tiene un papel relevante en el aprendizaje y es fundamental para la resolución de problemas complejos.

**4**

A lo largo de todo el juego, se necesita flexibilidad cognitiva para poder adaptar su pensamiento a otras respuestas que puedan surgir por parte del resto de miembros de su equipo. Al aportar varias palabras como posibles soluciones, existe más de una respuesta.

Además, es probable que los niños/as se marquen como objetivo conseguir una letra determinada y, el equipo contrario, la gane. De ser así, los planes y la estrategia del primer equipo cambiarían, promoviendo una modificación en la estrategia para poder ganar.





**5**

## **GESTIÓN (CONTROL) EMOCIONAL**

Es una función ejecutiva esencial para el desarrollo saludable del ser humano. Gracias a esta función, se desarrolla: la conciencia emocional, la expresión de la emoción de forma respetuosa, su gestión, la tolerancia a la frustración...

En Carrera de Letras, se entrena esta función desde el primer momento puesto que, al ser un juego cooperativo es natural que puedan surgir conflictos por diferencias de opinión. También es posible que surja la frustración, el enfado, la alegría, la rabia...Es esencial recordar que todas las emociones son necesarias y constituyen una oportunidad para entrenar esta función, así como para que sean acompañadas de forma respetuosa por parte del adulto (validando, conectando y corrigiendo).

## **VELOCIDAD DE PROCESAMIENTO COGNITIVO**

Se entiende por velocidad de procesamiento, a la rapidez con que se capta información, se entiende y se da una respuesta.

**6**

En Carrera de Letras, esta función influye en la cantidad de palabras que puedes emitir y que son buenas opciones para ser consideradas por el equipo. Si la velocidad de procesamiento del jugador es mayor, su razonamiento y toma de decisiones también serán más rápidos e influirán en sus posibilidades de ganar la partida.

**7**

## **RAZONAMIENTO**

El razonamiento es la actividad mental que permite resolver tareas y problemas de forma consciente, mediante la valoración lógica de la información percibida y procesada de forma cognitiva.

En Carrera de Letras, esta función se manifiesta desde que el equipo contrincante lee la tarjeta (comprensión oral) hasta que se decide la palabra que es considerada la mejor, gracias al razonamiento expuesto por cada miembro del equipo. Es decir, por qué esa palabra debe ser la escogida y no otra de las propuestas.

El razonamiento está ligado a la reflexión de las consecuencias y es clave en la planificación y toma de decisiones.



## PLANIFICACIÓN DE TAREAS

Consiste en la estructuración de pasos que se tienen que dar para alcanzar una meta u objetivo, eligiendo el proceso más adecuado (más eficiente).

**8**

En el juego se deberán tomar decisiones respecto a la elección de las palabras, en función de las letras que componen cada una de ellas, ya sea en extensión (palabra más larga) o por repetición de letras (se repite 2 o 3 veces una misma letra).

También se desarrolla al tener en cuenta las fichas que ya han ganado o está a punto de conseguir el equipo contrario: ¿Cuáles serán los siguientes pasos a desempeñar para evitar que el equipo contrincante gane?

Como se puede observar, gracias a esta función y a las anteriormente mencionadas, se contribuye de forma significativa al desarrollo del control de impulsos, tan importante en esta etapa.

**9**

## METACOGNICIÓN

Se trata de capacidad que tiene el niño/a para evaluar si su desempeño ha funcionado o no (reflexionar sobre sus procesos de pensamiento). Esta función es indispensable en la construcción del aprendizaje.

En el juego se desarrolla cuando el jugador es capaz de evaluar sus acciones (durante o al finalizar la partida), con la finalidad de saber qué ha funcionado y qué no lo ha hecho en su proceso, tanto si ha ganado como si ha perdido.





# 2 COMPETENCIAS

## COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA

Es una de las más visibles en el juego. Está relacionada con interacción oral, escrita o signada empleada de forma coherente en diferentes contextos. Implica también, la comprensión e interpretación de mensajes orales y escritos. Destacan:

### CONCIENCIA FONOLÓGICA

Presente en el juego de inicio a fin. Posibilita a los niños/as a reconocer, identificar y manipular los fonemas (sonidos) que forman las palabras.

### CORRESPONDENCIA GRAFÍA-FONEMA

Habilidad para entender que cada fonema se corresponde con una letra o grupo de letras del alfabeto. En este caso, de la A a la Z.

### CONCIENCIA ORTOGRÁFICA

Tiene que ver con la importancia de escribir y pronunciar correctamente. Se entrenan normas de gramática: 'm antes de p', si se escribe con 'b o v', 'g o j'...

### LECTOESCRITURA

Capacidad de leer y escribir adecuadamente. Al leer las tarjetas, se desarrolla la capacidad de lectura y, el hecho de emitir una palabra, requiere de saber cómo se escribe.







# COMPETENCIA MATEMÁTICA

Junto a la competencia lingüística, es otra de las más visibles en el juego. Está relacionada con la interpretación de información, planificación, estrategia y justificación del proceso de resolución interpretando los resultados.

## CONOCIMIENTO NUMÉRICO

Conocimiento necesario de los números de forma cuantitativa desde el inicio de la partida. Está presente en el número de letras que se colocan sobre el tablero, el número de letras que tiene una palabra o de letras que se repiten ella. Incluye la capacidad de entender cantidades y conceptos como: 'mayor que' y 'menor que'.

## CÁLCULO

Se entrena el cálculo por el conteo de piezas que hay, las conseguidas por cada equipo y las que quedan para ganar. Asimismo, se lleva a cabo el cálculo en el proceso de elección de palabra para saber qué se ganaría con la palabra elegida y a qué daría lugar en el equipo contrario.





## COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA

Esta competencia es esencial para la comprensión, la realización de inferencias, la expresión y la fluidez verbal.

## COMPETENCIA MATEMÁTICA Y EN CIENCIA, TECNOLOGÍA E INGENIERÍA

Dentro de este apartado, Carrera de Letras se significa en:

Competencia matemática: permite el desarrollo y la aplicación de la lógica, perspectiva y razonamiento matemático con la finalidad de resolver diversos retos y problemas en diferentes contextos.

## COMPETENCIA EMPRENDEDORA

Es un juego que favorece la capacidad analítica, de gestión y evaluación del contexto. Permite crear y replantear ideas empleando la imaginación, el pensamiento y razonamiento estratégico, así como la reflexión crítica y constructiva. Está presente la disposición al aprendizaje y a arriesgarse en base a decisiones tomadas previamente a modo de estrategia.







## COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER

Al tratarse de un juego cooperativo, potencia la participación en actividades de grupo de forma responsable y constructiva, permitiendo el desarrollo de estrategias para el bienestar físico, mental y emocional propio y del resto de personas.

Es un juego que garantiza la disposición para el desarrollo de las habilidades sociales puesto que está creado para ganar en equipo. Esto permite el entrenamiento emocional de la comunicación verbal y no verbal y la oportunidad de adquirir estrategias para la resolución de conflictos.

Asimismo, promueve la tolerancia a la frustración ante errores cometidos en la ejecución del mismo y, también, ante la situación que supone que el contrincante gane la partida.

Favorece la perseverancia y la capacidad de no rendirse ante las dificultades, alimentando la capacidad de ver que hay opciones (resiliencia).





# 3 OTROS PROCESOS DESARROLLADOS



## ATENCIÓN

### ● SELECTIVA

La atención selectiva es aquella que nos permite focalizar nuestra concentración en uno o varios estímulos determinados inhibiendo la respuesta a otros también presentes en la situación.

En Carrera de Letras, se entrena este tipo de atención al focalizar en las fichas restantes que tenemos ante nosotros y, por otra parte, en las conseguidas por el por el propio equipo y el equipo contrario.

### ● SOSTENIDA

La atención sostenida es aquella que permite mantener (sostener) la atención durante un determinado periodo de tiempo con el fin de llevar a cabo la tarea o actividad.

En el juego este tipo de atención está presente de principio a fin, inhibiendo su capacidad de reacción ante estímulos que surjan fuera del juego.



## HERRAMIENTAS VISUALES

### MOVIMIENTOS SACÁDICOS ●

Los movimientos sacádicos son aquellos en los que nuestros ojos buscan enfocar a través de un área concreta de tan sólo 15° de amplitud. En el caso del juego, la búsqueda de los elementos y su valoración en determinadas posiciones implica movimientos sacádicos a pequeña escala que serán necesarios para futuras fases de lectura.



## SEGUIMIENTOS ●

Nuestros ojos, mediante los movimientos sacádicos buscan un objeto determinado con el fin de encontrar aquel que más posibilidades tenga de encajar con unos requerimientos cognitivos básicos que han sido aunados con la información sensorial percibida. En Carrera de letras, estos seguimientos visuales son necesarios por el tipo de actividad que se lleva a cabo.



# HABILIDADES VISUALES Y VISOESPACIALES

## ● DISCRIMINACIÓN VISUAL

La discriminación visual nos permite diferenciar unos objetos de otros por muy pequeña que sea la diferencia.

En el IQ deberemos diferenciar no sólo los colores de las diversas piezas o las formas en las que se disponen las diferentes estructuras a colocar, sino que también deberemos tener en cuenta la orientación de las mismas pues el volumen ocupado será factor importante a tener en cuenta para llevar a cabo la tarea con éxito.

## ● RELACIONES VISO-ESPACIALES (OJO-MANO)

Permite mantener una coordinación motora entre el ojo y la mano regulada cognitivamente con un único objetivo.

En el caso de Carrera de Letras, los ojos de los jugadores deben coordinarse entre ellos (binocularmente) y al mismo tiempo orientar la trayectoria de su mano para llevar a cabo de forma correcta el objetivo en una estrecha relación entre la mano y el ojo.

## ● FIGURA-FONDO VISUAL

Esta habilidad permite la diferenciación de figuras respecto al fondo proporcionado y su visión mental más allá de lo que la realidad muestra.

En el caso de este juego, se desarrolla la habilidad de distinguir una letra dentro de una palabra, por ejemplo.



## PERCEPCIÓN VISUAL

### VISIÓN FOCAL Y PERIFÉRICA

Al jugar, se activan ambos tipos de visión. Por un lado, gracias a la visión focal, se centra el foco visual en el objeto que se está manipulando en ese momento o, valorando como posible. Por otro, gracias a la visión periférica se es capaz de ver qué elementos están presentes y cuáles faltan a su alrededor.



## HABILIDAD MOTRIZ

Destaca el desarrollo de la habilidad motriz. Dentro de esta habilidad, se puede distinguir entre motricidad gruesa y motricidad fina (posterior a la primera). La motricidad gruesa se refiere a la capacidad de coordinar y realizar movimientos generales grandes como, por ejemplo, levantar un brazo o una pierna, mientras que la motricidad fina se refiere a la capacidad de coordinar y realizar movimientos más precisos (manos y dedos).

En Carrera de Letras, los movimientos de las piezas para su colocación en el tablero, exigen de un dominio primario de la motricidad fina. Las piezas son de un tamaño adecuado para poder desarrollar la motricidad al cogerlas y colocarlas con precisión en el tablero de juego. También se lleva a cabo cuando se cogen para almacenarlas en el equipo cuando es conseguida.





# 4 POSIBLES ADAPTACIONES

POR

EDAD

Carrera de Letras es un juego adaptable a las necesidades del alumnado.

Ante funciones ejecutivas poco desarrolladas: se recomienda detectarlas para potenciar y poner el foco en las mismas durante el juego. Por ejemplo: si se detecta dificultad en el razonamiento, se puede dejar una vuelta y media o dos vueltas de tiempo, con tal de dar prioridad al entrenamiento de esta función.

- Ante dificultades en visión o habilidades visuales: se recomienda colaboración con optometrista en función de las medidas que considere oportunas el profesional.

Alumnado TEA: este juego es muy recomendable para alumnado TEA que necesite potenciar la lectoescritura, la comunicación y la fluidez verbal (oral o escrita) sin soporte de imágenes. Puede jugar el docente con él y después, en lugar del docente, puede jugar otro alumno/a. Posteriormente, si es posible, se realizaría por parejas para ampliar poco a poco y, por último, en pequeño grupo.

POR

NÚMERO DE JUGADORES

La versión original del juego indica que el mínimo es 2 jugadores y el máximo 8. Por supuesto, pueden jugar más personas haciendo grupos, incluso, de 6 jugadores cada uno. Dependerá de las necesidades específicas de cada aula.



POR

## METODOLOGÍA: ABJ

Partiendo de que el desarrollo de las funciones ejecutivas es indispensable para el desarrollo académico y el desenvolvimiento en el entorno y en la vida cotidiana, se recomienda integrar en las aulas una metodología ABJ que fomente, además, la motivación y las habilidades socioemocionales.

Por ese motivo, Carrera de Letras es oportunidad idónea para poder desarrollar y acompañar al niño en su desarrollo a través del juego, de forma complementaria e integrada en el currículum educativo.

Dentro del espacio y tiempo de metodología ABJ se puede contar con una breve y minuciosa selección de juegos que aseguren el desarrollo y entrenamiento de todas las funciones ejecutivas. Se recomiendan que los juegos seleccionados tengan una duración de partida similar, para poder ir pasando de grupo en grupo casi de forma simultánea. Lo ideal es que, al menos, haya dos ejemplares de Carrera de Letras en el aula.

