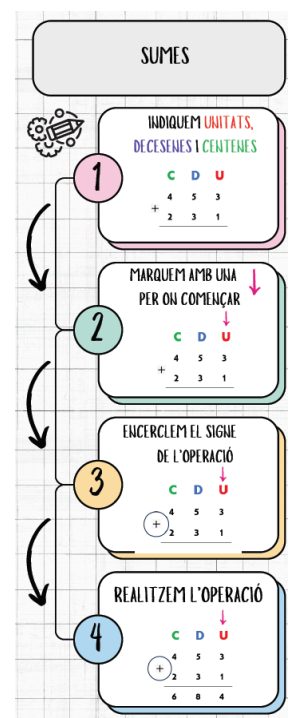
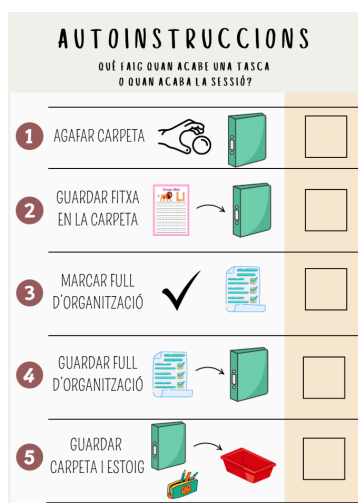
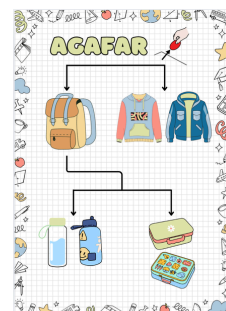


LES AUTOINSTRUCCIONS

Les autoinstruccions són un conjunt de passos verbals o visuals que utilitzem a la nostra escola dia a dia per planificar i organitzar l'aprenentatge, així com ajudar a regular la conducta.



BENEFICIS

1

Augmentar la capacitat d'atenció i concentració.

2

Millorar la planificació i execució de tasques.

3

Desenvolupar la persistència davant de tasques difícils.

4

Reducir la impulsivitat en la presa de decisions.

5

Fomentar l'autonomia i l'autoestima.

6

Gestionar la frustració i la tolerància a l'error.

1. MODELATGE

El professorat o especialista realitza l'activitat pensant en veu alta per mostrar els passos a seguir.

2. AUTOINSTRUCCIÓ EXTERNA

L'alumnat repeteix en veu alta les instruccions mentre realitza la tasca

3. AUTOINSTRUCCIÓ EN VEU BAIXA

L'alumnat comença a dir les instruccions en veu baixa per interioritzar-les.

4. AUTOINSTRUCCIÓ INTERNA

L'alumnat realitza la tasca seguint les instruccions mentalment.

5. AUTONOMIA

L'ús de les autoinstruccions es converteix en un hàbit natural i automàtic.

FASES

L'entrenament en autoinstruccions és una estratègia efectiva per millorar l'autonomia i el rendiment acadèmic de l'alumnat. Com a docents i especialistes, fomentem la integració d'aquesta tècnica dia a dia per potenciar el seu èxit educatiu i personal. A més, és fonamental treballar de manera coordinada amb les famílies perquè aquestes estratègies es reforcen també a casa, consolidant així els aprenentatges adquirits.