

TDAH



Ajustes razonables

Características generales

- ✓ Presenta movimientos excesivos (a menudo mueve los pies y las manos, se retuerce o se levanta de la silla, corre, brinca, va de un lugar a otro sin motivo aparente...).
- ✓ Con frecuencia actúa sin pensar (de forma impulsiva -eufórico, gracioso., excitado, agresivo).
- ✓ Habla en momentos poco oportunos o responde precipitadamente a preguntas que todavía no se han acabado de formular
- ✓ Habla a destiempo y "suelta" las palabras sin ton ni son.
- ✓ Malas relaciones con compañeros y hermanos.
- ✓ Interrumpe a menudo durante juegos o explicaciones.
- ✓ Se involucra en actividades peligrosas sin medir sus consecuencias
- ✓ Presenta comportamiento agresivo, Sobre estimulado con facilidad.
- ✓ Es socialmente inmaduro (dificultad en habilidades socio adaptativas -hipo o hiper sociabilidad).





- ✓ Tiene baja autoestima, mucha frustración
- ✓ Tiene dificultados para jugar en silencio.
- ✓ Parece no escuchar cuando se le habla.
- ✓ Problemas en el rendimiento escolar (comete errores por falta de cuidado en la escuela).
- ✓ Dificultad para organizar tareas y actividades
- ✓ Pierde o pone en lugares equivocados sus Pertenencias.
- ✓ Tiene dificultades para jugar tranquilamente.
- ✓ Manifiesta poca motivación escolar.

Estrategias Generales

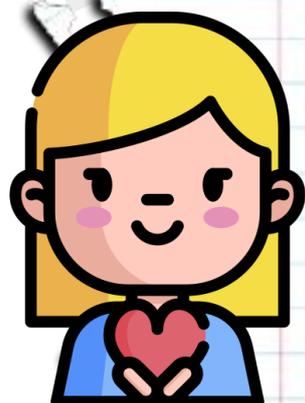


- ✓ Fomenta las conductas positivas.
- ✓ Mantén cercanía ara poder hacer corrección conductual y mantener su atención.
- ✓ Utiliza expresiones faciales y contacto visual
- ✓ Muéstrale formas de aprobación no verbales
- ✓ Controla el tono de la voz (calma, suavidad, proximidad y cercanía son mejores).



- ✓ Preséntale actividades que le ofrezcan desafíos, que le motiven (con materiales atractivos y divertidos).
- ✓ Bríndale incentivos, recompensas y reconocimientos positivos.
- ✓ Ayúdalo al comenzar la tarea.
- ✓ Respeta su ritmo y estilo de aprendizaje.
- ✓ Elimina distractores.
- ✓ No debes forzarlo, ni reprenderlo en público o etiquetarlo.
- ✓ Propicia un clima de aceptación y ayuda.
- ✓ Emplea el método "tiempo fuera"
- ✓ Estimula la atención y la concentración trabajando ejercicios que desarrollen funciones intelectuales o pensamiento productivo.
- ✓ Ayúdalo a establecer un pensamiento organizado para que prevea las consecuencias de los comportamientos y busque alternativas.
- ✓ Objetivamente, identifica cuáles son los mayores problemas que obstaculizan su aprendizaje.
- ✓ Observa la manera en que lo tratan.
- ✓ Identifica los problemas en el ambiente del aula y modifícalos, esto ayudará a eliminar algunos comportamientos indeseables.





- ✓ Indica los comportamientos que deseas que siga (como el no hablar cuando otro está hablando, guardar los útiles después de usarlos), utilizando una voz tranquila y no siendo demasiado crítico.
- ✓ Utiliza el sistema de "economía de fichas o puntos", para que cumpla con reglas, rutinas o hábitos
- ✓ Da al estudiante mensajes e instrucciones precisas y específicas

Expresión oral



- ✓ Utiliza el juego como método de enseñanza convirtiendo las situaciones comunicativas en actividades placenteras que promuevan el desarrollo intelectual, social, emocional y físico
- ✓ Estimula al estudiante a emitir su acuerdo o desacuerdo de las distintas situaciones.
- ✓ Establece un clima de confianza y seguridad creando situaciones que posibiliten el aprendizaje, como son: el escuchar y esperar su turno, regulando las formas de comunicación de acuerdo con las diferentes situaciones, participantes y contextos.

Expresión escrita



- ✓ Vincula la escritura a textos que comuniquen significados de diversa naturaleza que formen parte de su entorno.
- ✓ Favorece el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes organizando al grupo en equipos, para que interactúen en la construcción de textos.
- ✓ Respeta el tiempo que requiera para realizar las actividades escritas.
- ✓ Propicia la autocorrección con la ayuda de otro compañero o del mismo maestro.
- ✓ Adapta el ritmo de ejecución de modo que sea una experiencia exitosa y no un riesgo para la frustración.
- ✓ Explica claramente y precisa el propósito de las actividades (en qué consisten).

Lenguaje

Respecto al lenguaje interno, las personas con TDAH no pueden hablarse a sí mismo ni usar el lenguaje como guía.

- ✓ Prioriza la función comunicativa a través del lenguaje auto instructivo, donde se le enseñe desde su voz que debe hacer paso a paso para ejecutar una actividad.



Adaptado de Meichenbaum (1974) por Fundación ADANA



Lectura

- ✓ Explica claramente, precisando el propósito de las actividades.
- ✓ Fomenta el gusto por la lectura (interésalo sobre algún tema de su preferencia y orientalo en la búsqueda de la información en libros, revistas, etc.).
- ✓ Organiza las actividades equipos muy pequeños para la narración o lectura de cuentos, relatos, rimas, etc., permitiendo la interacción entre compañeros.

**Como estrategias
lúdicas te recomiendo
adaptar estos en clase
para centrar la
atención**

Memoramas



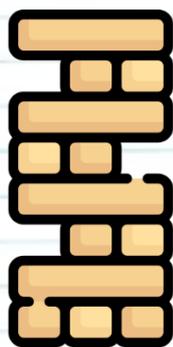
- ✓ Se trata de generar tarjetas por parejas (con fotografías, dibujos, números...). Debe haber dos tarjetas iguales. Los puedes fabricar tú mismo adaptándolo a los gustos del estudiante, de modo que le resulte más interesante.

Simón dice



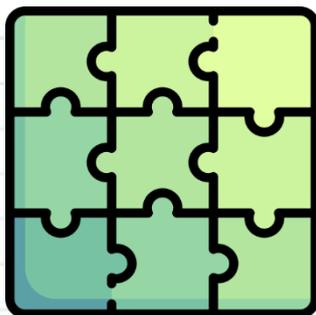
- ✓ Uno de los participantes es "Simón". Es decir, el que dirige la acción. Los demás deben hacer lo que Simón dice. El truco está en la frase mágica "Simón dice". Si dice "Simón dice salta", los jugadores deben saltar o quedan eliminados.

Jenga



- ✓ Sirve para trabajar la impulsividad, "la Torre" Se trata de un juego de habilidad física y mental, donde los participantes deben retirar bloques de una torre por turnos y colocarlos en la parte de arriba hasta que se caiga.

Puzzles



- ✓ Les permite centrarse en una tarea y trabajar la atención y la motricidad.

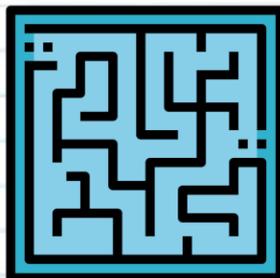
Buscar objetos escondidos en láminas



- ✓ Busca láminas con dibujos muy completos (por ejemplo, una ciudad donde haya muchos edificios, tiendas distintas, gente en bicicleta, animales...). Cuantos más elementos tenga el dibujo, más dificultad la tarea y mayor exigencia.

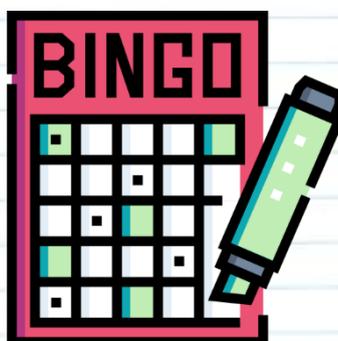
Ejemplo, ¡Donde está Javier?

Laberintos



- ✓ Actividad fácil, divertida y útil para trabajar la atención y la planificación.

Bingo



- ✓ es una actividad muy adecuada para trabajar la atención, dado que le damos al estudiante una serie de números que leemos en voz alta y él, con distintos cartones, debe centrar la atención para buscar si tiene el número que ha sido extraído.