

Un ambiente adecuado para el aprendizaje

Siéntale en primera fila: Al estar más cerca de la pizarra y del profesor se distraerá menos y le será más fácil mantener la atención. Evita apartarle o aislarle en un rincón de la clase.

Evita ponerle en evidencia: Procura **no hacer diferencias entre estudiantes con TDAH**, pues esto podría causar rechazo por parte de los compañeros. Evita siempre usar el sarcasmo o la crítica.

Utiliza materiales audiovisuales: El empleo de **medios diferentes (video, proyector, audio...)** facilita que los alumnos en general, y especialmente los que tienen TDAH presten más atención..

Control de la agenda: Este control debes realizarlo a diario, para **asegurarte de que han apuntado todas las tareas**, y también que **han metido en su mochila todos los materiales necesarios para realizarlas**. En el caso de adolescentes, hay que realizar este control de una forma más sutil, para no dañar su autoestima.

Comprueba el rendimiento: Debes estar pendiente del comportamiento de los alumnos para detectar posibles muestras de frustración. Proporciona más explicaciones a estos alumnos para que comprendan el contenido de la lección y sean capaces de realizar las tareas y resolver los problemas.

Facilita que corrijan sus propios errores: Explica en cada tarea cómo **identificar y corregir los errores**, y proporciona un tiempo razonable para que puedan revisar su trabajo. Recuérdales elementos especialmente complicados o excepciones que deben tener en cuenta.

No limites el tiempo de los exámenes: Los exámenes con tiempo limitado pueden perjudicar mucho a los niños con TDAH, debido a la presión del examen y del tiempo, es posible que no lo puedan completar satisfactoriamente. Se puede que **los niños con TDAH dispongan de más tiempo o puedes facilitar para ellos otro formato de evaluación, a través del cual les resulte más sencillo demostrar su conocimiento**.

Ordenar el pupitre: Reserva 5 minutos al día para que los alumnos organicen sus pupitres y mochilas, para que tengan los materiales necesarios a mano, y sea más fácil pasar de una asignatura a otra.



Consulta Privada de Paidopsiquiatría y Psiquiatría

Thomas alva edison #173,int.1. Colonia san rafael.

Cuahutemoc, ciudad de mexico

Citas What's App / Cel. 55 126 33 339

www.perezvelez-paidopsiquiatra.com

MANEJAR TDAH EN EL AULA

¿QUÉ ES EL TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es una condición médica bien definida en la cuál, las imágenes, sonidos y pensamientos pasan de manera desordenada por la mente del niño sin que él pueda retener la información.

Es muy importante saber que el TDAH no se manifiesta de igual manera en todos los niños, algunos sólo presentan falta de atención, otros son hiperactivos e impulsivos y otros pueden presentar las tres características. Es más común en varones que en niñas, sin embargo esto no quiere decir que las mujeres no puedan presentarlo.

Los alumnos con TDAH suelen presentar un rendimiento escolar inferior al que se espera por su capacidad (inteligencia). Además, entre los afectados por este trastorno, **es frecuente encontrar dificultades en el aprendizaje de las áreas instrumentales: lenguaje y matemáticas**. Suelen mostrar un **déficit en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales**, lo que puede dificultar la relación con sus compañeros y verse como niños inmaduros

Un ambiente estructurado

Los alumnos con TDAH aprenden con más facilidad cuando la lección está cuidadosamente estructurada debido a la dificultad que tienen para organizar antes de actuar.

Adelanta la organización: Prepara a los alumnos para las lecciones y actividades que se van a llevar a cabo, explicando el orden en el que se va a desarrollar cada elemento a lo largo del día. – **Ej.** Explicar los pasos y actividades encadenadas.

Revisa lecciones anteriores: Revisa los contenidos de la lección que se vieron por última vez, haciendo hincapié en los temas que más dificultades causaron y respondiendo de nuevo a algunas de las preguntas que surgieron durante esa clase. – **Ej.** Repaso breve de la última lección.

Simplifica las instrucciones: Cuanto más sencillas y cortas sean las instrucciones y las tareas que se le den a los niños con TDAH más probabilidades hay de que completen lo que se les ha pedido y hagan una gestión efectiva del tiempo. – **Ej.** Órdenes precisas pero breves.

Avisar sobre las novedades: Si hay cualquier cambio en el horario de clases o alguna variación en la rutina debes resaltarlos varias veces y asegurarte de que se han enterado. **Ej.** Avisar y resaltar un cambio de rutina de la actividad.

Horarios visibles: Habilitar en el aula un espacio para colocar el horario semanal y permitir que lo consulten siempre que sea necesario. **Ej.** Uso de horario de actividades escolares visible.

Listado de errores frecuentes: Entrégale al alumno con TDAH un folio donde por asignatura anotéis los errores que suele cometer, para que a la hora de hacer deberes, por ejemplo, pueda revisarlos y no los cometa de nuevo. – **Ej.** Listado de errores frecuentes.

Listado de materiales para hacer los deberes: Esto le ayudará a organizarse y le facilitará el poder revisar que tiene las cosas necesarias para realizar todas las tareas. **Ej.** Revisar lapiceras o útiles escolares.

Cuadernos de colores: Organiza con el alumno con TDAH el material de cada asignatura a principio de curso. Establece un cuaderno para cada asignatura o una pegatina de color en cada cuaderno, que le ayude a organizarse mejor. – **Ej.** Libreta de español= Roja, Libreta de Matemáticas= Azul.

Fechas de entrega y exámenes: Es muy útil reservar siempre un mismo espacio en la pizarra para anotar las fechas de entrega de tareas o de exámenes, dando tiempo para que ellos lo anoten también. – **Ej.** Espacio en pizarrón de pendientes y tareas.

Un ambiente predecible

Es importante tener en cuenta que para un estudiante con TDAH el cambio de una asignatura, tarea o clase a otra resulta especialmente complicado, por lo que cuanto más predecible sea lo siguiente, más facilidad tendrá para adaptarse.

Se predecible: La estructura y estabilidad son elementos muy importantes para los niños con TDAH, muchos de ellos no se adaptan bien al cambio. Por ello puedes explicar las cosas de forma muy segmentada, con pasos muy concretos, que dejen muy claro lo que se espera de ellos y las consecuencias por no realizarlo. – **Ej.** Dar indicaciones breves, encadenadas y concretas..

Establece expectativas de aprendizaje: Explícale a los alumnos qué es lo que se espera que aprendan durante la clase. De esta forma estableces unas metas alcanzables y medibles desde un principio. – **Ej.** Decir el objetivo de esa clase específica.

Establece expectativas de comportamiento: Deja claro cómo deben comportarse los estudiantes mientras desarrollan las actividades o se les explica la lección. – **Ej.** En parejas o silencio

Indica los materiales necesarios: Es mejor que identifiques los materiales que son necesarios (por muy evidentes que puedan parecer) a que ellos tengan que ir descubriendo o deducir qué es lo que necesitan. – **Ej.** Lista de materiales que requieran en la actividad.

Destaca los puntos clave: Cuando entregues tareas a los niños subraya o resalta las palabras más relevantes para facilitar que los niños con TDAH no pierdan el foco sobre lo que hay que hacer. Si están leyendo un enunciado en la clase, puedes hacer un ejercicio para identificar los elementos más importantes de la tarea. – **Ej.** Uso de marcatextos en palabras clave o respuestas.

Avisos: Puede resultar muy útil que avises a los alumnos de que una lección está a punto de acabar. Puedes avisar con 5-10 minutos de antelación el tiempo que queda antes del cambio, para que se vayan preparando. – **Ej.** Indicar tiempo de la actividad y avisar cuántos minutos faltan para que se termine.

