
PAUTAS METODOLÓXICAS PARA ALUMNOS CON TDAH

- ✓ **Adaptación do tempo asignado na realización das tarefas na aula.** Ensinándolle ao alumno que a realización das tarefas que se lle encomendan divídense en 2 pasos importantes: *A execución da tarefa e a revisión da mesma.*
- ✓ **Uso por parte dos docentes de reforzadores positivos, reforzadores sociais e modelado participativo** (*exemplificando ante o alumnado a realización dos exercicios e os corrixe verbalizando as estratexias de solución*).
- ✓ **Dar as datas e o contido dos exames polo menos cunha semana de antelación.**
- ✓ **Axudalo a que tome conciencia dos erros que comete,** dándolle pautas para que sexa el mesmo quen o descubra.
- ✓ **Adaptación da cantidade de tarefas que se lle asignan ao alumno na aula e na casa:** Propoñeráselle aos alumnos con TDAH un nº inferior de tarefas que para o resto do alumnado. Tamén se pode propoñer unha cantidade de tarefas mínimas a todo o grupo, propoñendo ao grupo outras tarefas opcionais cuxa realización sexa voluntaria.
- ✓ **Adaptación dos criterios de calidade da execución das tarefas:** Posto que o alumnado con TDAH ten maior facilidade para cometer erros na execución de tarefas, debido a súa falta de atención sostida. Para favorecer a súa motivación e a súa seguridade na súa propia capacidade, se lle debe propoñer en cada tipo de tarefa un criterio de calidade mínimo e outros criterios de calidade progresiva, cos cales poderá mellorar a súa calificación.
- ✓ **Facilitarlle estratexias atencionais para a realización das tarefas:** Xunto coas instrucións para a realización das tarefas, hai que proporcionarlle axudas que supoñan unha dirección do seu foco atencional, evitando que o alumno non sexa capaz de levalas a cabo por un erro atencional en lugar de por falta de coñecementos.
- ✓ **Adaptacións metodolóxicas nos obxectivos. Priorizar os obxectivos de aprendizaxe posteriores fundamentais para adquirir:** Para favorecer o progreso escolar destes alumnos, o profesor debe determinar cales serán os obxectivos fundamentais que o alumno debe acadar de maneira progresiva para poder adquirir os coñecementos do nivel seguinte.
- ✓ **Cambio da temporalización de logro dos obxectivos:** Ampliando o tempo para os alumnos con TDAH. Darlles máis tempo para acadalos, facilitará o logro e non perxudicará o aspecto esencial da programación.
- ✓ **Simplificar os obxectivos:** Sempre que sexa posible, reducindo a complexidade do obxectivo para facilitar a súa consecución.

- ✓ **Desglosar os obxectivos en metas intermedias:** Reducindo a complexidade dun obxectivo, podendo dividilo en partes. Isto é especialmente útil para os alumnos inatentos e para alumnado hiperactivo.
- ✓ **Posibilidade de realizar unha avaliación diferente para o alumnado con TDAH:** Tendo en conta que a curva de fatiga atencional do alumno hiperactivo é moito máis curta, polo que en sesións de avaliación de máis de 30 minutos, a capacidade de prestar atención redúcese bastante e con elo o rendimento. No caso do alumnado inatento, a súa lentitude, tanto de procesamento cognitivo, como de execución motriz faille imposible rematar as tarefas de avaliación no tempo estipulado.
- ✓ **Reducir o tempo de avaliación. Sería recomendable realizar exames curtos e frecuentes ou realizar o examen un par de sesións.**

Para adaptar o tempo de avaliación pódese:

- Diseñar 2 sesións en días ou en horas diferentes
 - Propoñer unhas sesións de avaliación máis curtas a todo o grupo.
 - Modificar o tipo de avaliación escrita por unha oral, nun ambiente privado. A realización de probas orais ademais das escritas, axudará ao alumno con TDAH a organizar mentalmente a información que se debe plasmar nun exame, por iso renden tan pouco por escrito. Oralmente, tamén deben planificar o que van a dicir. Débese tamén calificar as súas intervencións orais en clase, xa que as veces están menos presionados realizando unha axeitada intervención.
 - Dar máis tempo para a realización das probas escritas.
 - Adaptar un pouco o formato da proba (*uso de espazos entre as preguntas, poucas preguntas por folia, uso de guións cando hai que facer unha enumeración.....*).
 - Permitir en calquera momento o acceso ás instrucións.
 - Se non remata os exames, recomendarlle que comece polas preguntas máis curtas e sinxelas, entrenalo na utilización do reloxo, ensaiando na casa exames simulados....
 - Evitar someter ao alumno con TDAH a sesións de avaliación formal e valorar os seus coñecementos por procedimentos de avaliación continua.
 - Supervisar que responderon a todo antes de que entreguen o exame.
 - Recordarlle que revise o exame antes de entrégalo.
 - Escribir ao final da proba frases como: *“Repasa o exame e asegúrate de que respondiches a todas as preguntas”*.
- ✓ **Adaptar as estruturas e o formato do exame. Reducir a cantidade de preguntas, exercicios ou cuestións de cada avaliación:** Os inatentos poden facelas nunha sesión de 50 minutos. No canto de poner 10 preguntas todas seguidas nun folio, pódese poner, por exemplo, 2 en cada folio. Este alumnado, no canto de centrarse nunha pregunta de cada vez, tende a mirar todas de xeito desordenado

todo o tempo. Se o alumno se dispersa igualmente mirando os diferentes folios, é efectivo darlle un folio de cada vez e cando remate a pregunta.

Facer diferentes tipos de preguntas nas probas escritas: pregunta curta, tipo test con opción, verdadeiro/falso, completar cun esquema, frases para completar....É necesario que este tipo de probas se practiquen antes na clase e que leven unha mostra para casa para practicar para posteriores probas.

- ✓ **Impartir as instrucións para a realización das probas dunha maneira clara e precisa.** É necesario asegurarse de que entende as instrucións, o que ten que facer en cada pregunta, permitíndolle facer preguntas ao profesor se ten algunha dúbida. É necesario que o alumno verbalice o que ten que facer. As veces, so é preciso que estén seguros de que o que pensan é correcto. O entrenamiento en autoinstrucións intentando que **modifique as verbalizacións internas**, que se emplean cando realizamos calquera tarefa por verbalizacións é unha práctica interesante, ensinando a linguaxe como auto-guia.
- ✓ **O alumno con TDAH necesita combinar curtos periodos de atención cunha acción manipulativa.** É axeitado manter unha ensinanza activa (multisensorial).
- ✓ **Se non consegue centrarse na proba, guíalo para axudarlle a reconducir a súa atención.** De vez en cando, durante a realización dun exame, sería apropiado achegarse a él e preguntarlle que tal lle vai ou aclarar algunha dúbida se xurde na realización da proba.
- ✓ **Permitirlle un tempo para pensar e preguntar dúbidas, verificando que o alumno entende as preguntas.**
- ✓ **Fixarse máis na calidade da tarefa que na cantidade.**
- ✓ **Resaltar algunhas palabras clave dos enunciados con outra cor**, pois desta maneira chamará máis a atención do alumno e fixarase máis.
- ✓ **Facilitarlle unha copia dos exames aos pais e profesorado de apoio (se o ten)** para poder detectar os erros e traballar reforzando as dificultades.
- ✓ Para evitar distraccións durante as explicacións na clase, a estratexia a utilizar é **apoiar as explicacións con apoios visuais, cambiar a entonación e o tono de voz nas explicacións impartidas na aula.**
- ✓ **Manter o contacto ocular e uso de sinais non verbais, previamente acordados co alumno para redirixir a súa atención sen interrompirlle a clase.**
- ✓ **Colocar ao alumno preto da mesa do profesor e ao lado algún compañeiro (alumno-titor) que sexa un modelo axeitado** (*que sexa atento, ordenado, tranquilo, disciplinado...que lle sirva de modelo positivo*). O alumno-titor pode supervisar se anotou as tarefas na axenda, axudalo a ordenar o seu material, axudalo a revisar os puntos esenciais da explicación e promover que o alumnado con TDAH explique os conceptos a estudantes con máis dificultades ca él.

- ✓ **Para manter o alumno activo**, é recomendable realizarlle frecuentes preguntas durante as explicacións e ofrecerlle retroalimentación inmediata das súas respostas.
- ✓ **Uso das TIC no alumnado con TDAH:** Aspecto que favorece e incrementa:
 - A participación e a autonomía do alumnado, convertindo a este nun axente máis activo no proceso de E/A.
 - A motivación e a curiosidade dos alumnos.
 - O control e a regulación da propia actividade, permitindo a avaliación continua.
 - O espírito investigador.
 - A globalización da aprendizaxe.
 - Os procesos comunicativos.
 - O desenvolvemento da aprendizaxe cooperativa.
- ✓ **Uso de metodoloxías innovadoras como poden ser:**
 - Titoría proactiva
 - Traballo cooperativo
 - Ciclo de Kolb
 - Coensinanzas ou agrupamentos multinivel.
 - Alumno-titor
 - Coaching....
- ✓ **Promover que as tarefas sexan interesantes.** O estudante retén moita máis información cando lee, oe, ve, di e fai que cando soamente escoita.
- ✓ **Cando hai necesidade de modificar a conduta do alumno**, sería necesario aplicar determinadas técnicas de modificación de conduta para aumentar as condutas desexadas e reducir as non desexadas como: *Non usar os reforzadores sociais, aínda que si utilizar técnicas como: a extinción (non prestar atención á conduta disruptiva) o custo de resposta (retirada de reforzadores positivos ou privilexios), a sobrecorrección (separación dos efectos causados polos comportamentos disruptivos), tempo fora (esperar a que lle pase o momento de arrebatos), contratos conductuais, recoñecemento público, entrenamento en HHSS e solución de problemas interpersonais.*

O castigo non é o máis recomendable, porque é unha técnica que soamente ensina ao alumno o que non debe facer, non o que si debe facer. É máis recomendable o **reforzo positivo en pequenas condutas axeitadas.**

Os reforzadores deben de estar relacionados coa conduta.

