



DEDICADA

Núm. 1

[www.unipemuniveduca.com](http://www.unipemuniveduca.com)

Centro Educativo UNIPEM

Octubre, 2022

**"Estrategias didácticas para alumnos de 4 a 8 años, con Trastorno Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)"**

**Alma Lorena González Bartolo; Maricela Ortiz Amacende**

DEDICADA, núm. 1, octubre, 2022, pp. 5-7

Centro Educativo UNIPEM

H. Zitácuaro, Michoacán



## **"Estrategias didácticas para alumnos de 4 a 8 años, con Trastorno Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)"**

\*Alma Lorena González Bartolo, \*Maricela Ortiz Amacende

\*Postdoctorado en Desarrollo Curricular/ Centro Educativo UNIPEM, H. Zitácuaro, Michoacán, México

### **INTRODUCCIÓN**

#### **OBJETIVO DEL ARTÍCULO**

El siguiente escrito está enfocado a reconocer el problema que actualmente se ha presentado en las escuelas de educación básica, y que los maestros les es difícil reconocer solo por sus rasgos observables, el déficit de atención con hiperactividad TDAH, no es un problema nuevo, sin embargo, contemporáneamente ha adquirido más fuerza y se hace más constante en nuestras aulas de trabajo.

#### **BREVE PRESENTACIÓN DE LOS ANTECEDENTES**

El déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es hoy un tema que despierta curiosidad y son muchos los estudios que se están llevando a cabo, tanto a nivel mundial, como nacional. "Es el término por el cual se conoce un síndrome caracterizado por tres síntomas nucleares de trastornos como son la inatención, la hiperactividad y la impulsividad, no siempre tienen que estar presentes conjuntamente, puesto que existen subtipos dentro de esta entidad nosológica". (Salud O. M., 2000)

#### **INTERES AL AUTOR**

Se pretende brindar información a nuestros compañeros docentes y a las familias para poder identificar tempranamente las características del TDAH y así diseñar estrategias didácticas, las cuales se pueden implementar la atención, concentración, impulsividad, ansiedad e inclusión de nuestros alumnos en nuestras áreas de trabajo.

#### **DESARROLLO**

Este escrito utilizó la investigación acción educativa que se maneja para describir una familia de actividades que realizan los docentes en sus propias aulas con la finalidad de contribuir al desarrollo curricular, su autodesarrollo profesional, la mejora de los programas educativos, los sistemas de planificación o la política de desarrollo. Estas actividades tienen en común la identificación de estrategias de acción que son implementadas y más tarde sometidas a observación, reflexión y cambio. Se considera como un instrumento que genera cambio social y conocimiento educativo sobre la realidad social y educativa, proporciona autonomía y da poder a quienes la realizan.

Se da inicio con una situación o problema práctico, se analiza y revisa el problema con la finalidad de mejorar dicha situación, se implementa el plano o intervención a la vez que se observa, reflexiona, analiza y evalúa, para volver a replantear un nuevo ciclo. Conlleva a entender el oficio docente, integrando la reflexión y el trabajo intelectual en el análisis de las experiencias que se realizan, como un elemento esencial de lo que contribuye la propia actividad educativa.

La siguiente investigación contiene un enfoque mixto, ya que se recolectaron datos pertinentes sobre las diversas variables, de acuerdo a los resultados arrojados en la investigación se llegó a la conclusión que el presente documento está enfocado al paradigma cualitativo y cuantitativo.

#### **DESARROLLO-DEFINICIONES FUNDAMENTALES O CONCEPTUALIZACIÓN**

Los problemas guían la acción, pero lo fundamental en la investigación-acción es la exploración reflexiva que el profesional hace de su práctica, no tanto por su contribución a la resolución de problemas, como por su capacidad para que cada profesional reflexione sobre su propia práctica, la planifique y sea capaz de introducir mejoras progresivas. En general, la investigación-acción constituye una vía de reflexiones sistemáticas sobre la práctica con el fin de optimizar los procesos de enseñanza-aprendizaje. "Se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social". (Latorre, 2005)

Enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas. “La acción indagatoria se mueve de manera dinámica en ambos sentidos: entre los hechos y su interpretación, y resulta un proceso más bien “circular” en el que la secuencia no siempre es la misma, pues varía con cada estudio”. (Sampieri, 2018)

El objetivo de la investigación cualitativa es explicar, predecir, describir o explorar el “por qué” o la naturaleza de los vínculos entre la información no estructurada. El objetivo de la investigación cualitativa es el proceso inductivo en lugar del resultado deductivo. Los datos objetivos de la investigación cualitativa proporcionan información no sobrecargada, por lo tanto, el investigador tiene que buscar patrones narrativos explicativos entre las variables de interés, y llevar a cabo la interpretación y descripción de dichos patrones.

El método cualitativo es el más comprensivo, y por ello puede aplicarse a análisis globales de casos específicos, en tanto que el método cuantitativo es más parcial pues estudia aspectos particulares o generaliza, pero desde una sola perspectiva. Estudios con base a encuestas abiertas. Estudios desde la perspectiva de los sujetos estudiados. La investigación cualitativa es el procedimiento metodológico que utiliza palabras, textos, discursos, dibujos, gráficos e imágenes para construir un conocimiento de la realidad social, en un proceso de conquista-construcción-comprobación teórica desde una perspectiva holística, pues se trata de comprender el conjunto de cualidades interrelacionadas que caracterizan a un determinado fenómeno.

La perspectiva cualitativa de la investigación intenta acercarse a la realidad social a partir de la utilización de datos no cuantitativos. El término cualitativo implica un énfasis en los procesos y en los significados que no son rigurosamente examinados o medidos en términos de cantidad, intensidad o frecuencia. Los investigadores cualitativos enfatizan la naturaleza de la realidad construida socialmente, la íntima relación entre el investigador y lo que se investiga y las restricciones situacionales que modelan la búsqueda, buscan dar respuestas a situaciones que enfatizan cómo se crea la experiencia social y como se le da significado.

La validez y la confiabilidad se buscan en la investigación cualitativa mediante la triangulación de métodos o de investigadores, este concepto implica utilizar los diversos métodos para verificar los resultados, o bien, contar con la opinión de uno o más investigadores en la interpretación de los resultados.

## **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

Las actividades fueron implementadas de acuerdo a las características del Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) por tal motivo a continuación se presentan los resultados.

### **Atención.**

Como actividades de inicio se trabajarán con Puzlee, juegos de habilidades con los que podremos entrenar la atención. Son muchas las variantes disponibles y también los niveles de dificultad. En este sentido podremos elegir el tipo de puzzle, la temática del mismo e incluso el número de piezas.

-Rompecabezas, tangram, jenga, geoplano, juego de bloques, sopa de letras y crucigrama.

### **Concentración.**

Estas actividades son propuestas para desarrollar, trabajar y mejorar la concentración de los niños, siempre desde la forma innovadora y divertida, para mantener a los alumnos animados y motivados. -memorama, lotería, colorear mandalas, tripas de gato, laberintos, ajedrez, juego del uno, adivina quién, imítame, presentó mi historia y memoria.

### **Ansiedad.**

La finalidad de estas estrategias es que el alumno tenga un respiro durante las actividades que realiza, principalmente cuando pierde la atención por la ansiedad y el estrés que provoca este padecimiento. Propiciando que su mente se distraiga, a través de la música y las artes.

A continuación, se proponen diversas estrategias didácticas enfocadas a la **ansiedad** con alumnos con TDAH, que impliquen la participación del alumno o alumna. Las tareas deben estar organizadas al máximo. Deben ser cortas, graduadas en dificultad y en formatos simplificados para evitar el exceso de información que pueda exceder su capacidad de atención sostenida y generar aburrimiento.

Estas son llevadas a cabo tanto dentro como fuera del salón de clases, ya que debido a las características de su diagnóstico: Hiperactividad, impulsividad, concentración, ansiedad, los estudiantes con TDAH, tienen que estar en constante movimiento; por lo tanto las actividades deben ser variadas y diversificadas, en ellas se deben incluir pausas activas que no produzcan fatiga física en el alumno, sino volver a captar la atención del alumno, oxigenar y generar sinapsis con las neuronas, así como cambios en la voz para captar la atención de manera constante; igual el trabajo con videos educativos, actividades lúdicas o diversas actividades de interacción con el medio, son las actividades que más les incentivan, por lo tanto centran su atención y les agrada. Frasco de la relajación, moldeado, artes plásticas, música terapia, pizza (masajes), gimnasia cerebral, soy una semilla, organiza tu agenda.

### **Impulsividad**

El papel del docente es fundamental para el desarrollo evolutivo de los niños que padecen TDAH en el aula es por eso que el proyecto que hemos desarrollado con mi equipo de trabajo es en torno a las “Estrategias didácticas para alumnos con Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Con la finalidad de mejorar su rendimiento académico y consolidar el aprendizaje de normas, además de fomentar el desarrollo de su autoestima y habilidades sociales.

Las presente estrategias didácticas que se proponen a continuación son con el objetivo de poner en práctica con los alumnos con TDAH, su objetivo son potenciar tanto el seguimiento y el aprendizaje de normas, mejorar la atención, concentración y disminuir la impulsividad, así como la integración social de estos niños con el resto del grupo. Cabe resaltar que estas actividades deben ser grupales y orientadas por el docente o tutor con el objetivo de fomentar la integración social de todo el grupo y no solamente del niño que presente la dificultad.

Cada una de las estrategias propuestas, se puede adaptar o modificar haciendo uso de la creatividad e imaginación de cada docente. Las siguientes actividades están enfocadas a la mejora y reducción de la impulsividad de los niños con TDAH, favoreciendo una actitud de confianza, que propicie un ambiente positivo de trabajo, definiendo el respeto de reglas y normas establecidas, así como la estimulación, la motivación, el entrenamiento y seguimiento de instrucciones mediante el empleo de técnicas de relajación y respiración:

-Ejercicios de respiración, yoga, mantén el balón.

### **CONCLUSIÓN**

Las diversas estrategias didácticas se llevaron a cabo dentro y fuera del salón de clases, ya que debido a las características de su diagnóstico: Hiperactividad, impulsividad, concentración, ansiedad, los estudiantes con TDAH, tienen que estar en constante movimiento; entonces las actividades tienen que ser variadas, diversificadas y cortas, en ellas se deben incluir pausas activas que no produzcan fatiga física en el alumno, sino volver a captar la atención del alumno, oxigenar y generar sinapsis con las neuronas, así como cambios en la voz para captar la atención de manera constante; igual el trabajo con video educativos, actividades lúdicas o diversas actividades de interacción con el medio, son las actividades que más les incentivan, por lo tanto centran su atención y les agrada.

Las siguientes propuestas de trabajo, están enfocadas a reconocer el problema que actualmente se ha presentado en las escuelas de educación básica, y que los maestros les es difícil reconocer solo por sus rasgos observables, el déficit de atención con hiperactividad TDAH, no es un problema nuevo, sin embargo, contemporáneamente ha adquirido más fuerzas y se hace más constante en nuestras aulas de trabajo, es por ello que se pretende brindar información a nuestros compañeros docentes y las familias para poder identificar tempranamente las características de TDAH y así diseñar estrategias didácticas, las cuales se puedan implementar la atención, concentración, impulsividad, ansiedad e inclusión de nuestros alumnos en nuestras áreas de trabajo.