



Colexio de "La Inmaculada"

Amado Garra Nº 2

Teléfono/Fax 986 64 00 65

36860 Ponteareas

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

[cpr.lainmaculada.ponteareas@edu.xunta.com](mailto:cpr.lainmaculada.ponteareas@edu.xunta.com)

"PAUTAS COMO TRABALLAR NA  
AULA CON NENOS HIPERACTIVOS  
OU CON DÉFICIT DE ATENCIÓN"  
DIRIXIDAS  
AOS MESTRES DO CENTRO

Colexio "La Inmaculada"  
Dpto Orientación 2014-2015



**“PAUTAS COMO TRABALLAR NA AULA CON NENOS HIPERACTIVOS OU  
CON DÉFICIT DE ATENCIÓN DIRIXIDAS AOS MESTRES DESTE CENTRO”**

**DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN  
CURSO ACADÉMICO 2014-2015**

1. Características e necesidades asociadas ao TDAH:

**1.1. Características nucleares**

Os tres síntomas nucleares (falta de atención, hiperactividade e impulsividade), que caracterizan ao TDAH, conlevan unha serie de manifestacións no ámbito escolar que se presentan a continuación

1.1.1. Inatención

Os nenos que presentan TDAH teñen dificultade para seleccionar a información relevante (atención selectiva), para centra-la atención nos estímulos durante un tempo suficiente e necesario para realizar unha actividade (atención sostida) e distraense fácilmente con estímulos irrelevantes. Así mesmo, en tarefas coñecidas ou aprendidas, que só requiren procesamento automático, responden mellor que en tarefas complexas ou que requiren adaptarse a novas consignas.

**Manifestacións máis comúns no entorno escolar:**

- , *O seu rendemento no traballo suele ser variable e inconsistente.*
- , *Son nenos desorganizados, distraídos, que non completan as súas tarefas.*
- , *Cóstanlles "porse en marcha".*
- , *Cóstanlles establecer de forma correcta un orde de prioridades entre os estímulos que se lles presentan.*
- , *Teñen dificultades para planificar tarefas (preparación, previsión...).*
- , *Non prestan atención aos detalles.*
- , *Parecen non escoitar cando se lles fala, teñen dificultades para seguir unha conversa axeitadamente.*
- , *Cánsanse rápidamente nas tarefas máis longas, aínda que sexan tarefas sinxelas.*
- , *Presentan os traballos sucios, pouco coidados, con frecuencia rotos ou deteriorados.*
- , *Parece que só están atentos nas cousas que lles gustan.*
- , *Cóstanlles segui-las normas dun xogo ou actividade proposta, xa que non están atentos cando se da a consigna.*
- , *Evitan tarefas que requiren un esforzo mental sostido e/ou un grao de organización elevado.*

### 1.1.2. Hiperactividade

É unha cantidade excesiva de actividade motora ou verbal en relación co esperable para a idade e situación concreta na que se atopa o suxeito.

→ **Manifestacións máis comúns no entorno escolar:**

- , *Érguense constantemente do asento.*
- , *Séntanse de forma inaxeitada, cambian constantemente de postura.*
- , *Corretean pola clase. Deambulan.*
- , *Mordisquean, chupan, morden as cousas (lápices, gomas...).*
- , *Interrumpen as tarefas ou actividades dos compañeiros e as explicacións do profesor.*
- , *Se lles rompen os materiais, se lles caen os obxectos, son pouco coidadosos e ruidosos.*
- , *Se implican en actividades máis perigosas.*
- , *Teñen accidentes con máis frecuencia.*
- , *Poden ser molestos e incontrolables. Distorsionan o ritmo da clase.*

### 1.1.3. Impulsividade

É a dificultade para inhibi-la conducta e/ou o control dos impulsos, tanto en actividades cognitivas como sociais. Supón unha falta de control motriz e emocional, que leva a actuar sen avalia-las consecuencias das súas accións levado por un desexo de gratificación inmediata. A impulsividade comportamental está moi relacionada co grao de tolerancia á frustración.

→ **Manifestacións máis comúns no entorno escolar:**

- , *Carecen da reflexividade e madurez suficiente para analizar eficazmente unha situación, por tanto a súa conduta resulta normalmente inmadura e inaxeitada.*
- , *Esta falta de reflexividade lles dificulta o medi- las consecuencias dos seus actos e de aí que tendan a saltarse as normas.*
- , *Fan o primeiro que se lle ocorre.*
- , *Responden sen pensar.*
- , *Non fan caso das advertencias.*
- , *Teñen pouca conciencia de perigo.*
- , *Teñen dificultades para realizar tarefas que esixan a aplicación de estratexias de análise e búsqueda da alternativa correcta.*
- , *Saltan dunha tarefa a outra sen remata-las por falta de constancia.*
- , *Resúltalles moi difícil seguir instrucións polas dificultades para inhibi-la conduta.*
- , *Teñen pouco control da expresión dos seus sentimentos.*
- , *Os castigos producen pouco efecto no seu comportamento, así como as recompensas a longo prazo.*

## **2.2. Outras características**

Como características asociadas aos síntomas nucleares do TDAH, o alumnado pode presentar dificultades no funcionamento cognitivo e no seu desenvolvemento socio-emocional.

### **2.2.1. Funcionamento cognitivo**

Estes alumnos teñen afectada a memoria de traballo, entendendo esta como a capacidade para ter en mente a información mentras se traballa nunha tarefa cando o estímulo xa non está presente. Así mesmo, sufren un retraso no desenvolvemento do linguaxe interno, que regula e dirixe a acción. Tamén está afectada a capacidade de análise e síntese, é dicir, de fragmenta- las conductase combina-las creando novas accións non aprendidas da experiencia.

#### **→ Manifestacións máis comúns no entorno escolar:**

- b Cóstalles recupera-la información do pasado e mante-la na memoria antes de dar unha resposta.*
- b Teñen dificultades para discrimina-lo senso do tempo: percepción máis prolongada dos tempos de espera, por tanto, maior frustración ante a demora dos premios.*
- b Viven no presente, non se sitúan no pasado nin no futuro.*
- b Esperan ata o derradeiro minuto antes de iniciar accións.*
- b Non suelen ter en conta as consecuencias futuras dos sucesos.*
- b Limitada capacidade de aprendizaxe por observación.*
- b Dificultades para aprender das experiencias.*
- b Diálogo interno escaso e inaxeitado.*
- b Cóstalles seguir regras e instrucións.*
- b Falta de planificación e respostas pouco estruturadas.*
- b Dificultades na resolución de problemas.*
- b Reflexión escasa sobre as regras sen a axuda doutras persoas.*
- b Problemas á hora de dirixi-lo seu propio comportamento.*
- b Insuficiente capacidade de adaptación a situacións novas.*
- b Teñen un estilo cognitivo impulsivo e irreflexivo, utilizan estratexias de ensaio-erro.*
- b Procesamento pouco analítico.*

### **2.2.2. Funcionamento socio-emocional**

Estes alumnos suelen presentar déficits na adquisición e no desenvolvemento das habilidades sociais e as competencias emocionais. Por ello, estes alumnos suelen ter dificultades nas relacións interpersoais e o seu desenvolvemento emocional é máis inmaduro que o dos seus compañeiros da mesma idade.

#### **→ Manifestacións máis comúns no entorno escolar:**

- b Teñen dificultades para comprende-las sinais que regulan as situacións sociais.*
- b Cóstalles segui-las regras dos xogos.*

- b Cóstalles porse no lugar doutro e ter en conta os seus desexos e sentimentos.*
- b Se desmoralizan con facilidade.*
- b Non toleran a frustración.*
- b Cambian frecuentemente de estado de ánimo.*
- b Suelen desenvolver baixa autoestima, inseguridade e excesiva dependencia do adulto.*
- b Amósanse tercos e malhumorados con frecuencia.*
- b Poden presentar emocións extremas e desaxustadas.*
- b A miúdo son rexeitados polos seus compañeiros.*
- b Dependen en maior medida de formas externas de reforzo inmediato que lles axuden a ser perseverantes nas conductas obxectivo a conseguir.*

### **2.3. Dificultades de aprendizaxe**

Os alumnos con TDAH suelen presentar un rendemento académico inferior ao esperable segundo a súa capacidade. Un porcentaxe alto experimenta, ademais, dificultades de aprendizaxe nas áreas instrumentais: linguaxe e matemáticas. Nalgúns alumnos, a facilidade para a realización de tarefas mecánicas pode facer que as súas dificultades pasen desapercibidas nos primeiros anos de escolaridade. Sen embargo, estas dificultades fanse máis evidentes conforme aumenta a esixencia escolar, a partir do segundo ciclo de Educación Primaria e na Educación Secundaria.

#### 2.3.1. Lectura

O alumno con TDAH suele ter dificultades á hora de codificar e comprende-la información que se lle presenta por escrito, puidendo chegar a invertir moito máis tempo do habitual e en ocasións sen demasiado éxito.

#### **→ Manifestacións máis comúns:**

- Dificultades para asocia-la relación entre o son e a letra ou tamén para lembra-los sons no orde correcto.*
- Dificultades para lembra-lo aspecto dunha palabra e copia-las letras no orde ou secuencia correctos.*
- Lectura precipitada, achacable a súa impulsividade ou moi lenta debido a súa inatención.*
- Erros na lectura mecánica: adicións, inversións, omisións, substitucións, etc.*
- Ao ler se saltan as líñas ou algunhas palabras, ou as repiten.*
- Dificultades de comprensión lectora, na realización de inferencias e en capta-las ideas principais cando non aparecen de maneira clara e explícita.*
- Problemas para comprender oracións complexas ou frases que comencan por outro elemento que non é o suxeito.*
- Cóstalles capta-las relacións causais entre os diferentes sucesos dun texto.*
- Ao acabar de ler un párrafo ou páxina, poden ter dificultades para lembrar o que leron.*
- Vocabulario pobre.*

### 2.3.2. Escritura

As dificultades para realizar axeitadamente os trazos das letras parecen estar moi relacionadas coa torpeza motora, característica presente nalgúns neno/as con TDAH.

→ **Manifestacións máis comúns:**

- *A súa caligrafía é pobre, desorganizada e con frecuentes erros, e en ocasións inintelixible.*
- *Teñen pouco control do espacio gráfico, tendendo a agrupa-la información nunha parte da folla.*
- *Cóstalles tomar notas en clase ao ritmo axeitado e plasmar por escrito o que quere dicir ou expresar.*
- *Poden ter dificultades en gramática, puntuación, acentuación, maiúsculas e minúsculas.*
- *Son incapaces de escribir tan rápido como pensa.*

### 2.3.2. Matemáticas cara un fin.

Suelen ser máis lentos en actividades de numeración e cálculo e na resolución de problemas, cometen máis erros e deixan as tarefas sen rematar en máis ocasións. Todo ello se agrava pola súa tendencia a evitar exercicios reiterativos, o que lles impide a práctica sistemática, necesaria para a adquisición destas destrezas.

→ **Manifestacións máis comúns:**

- *Fallos na automatización das tarefas relacionadas coa numeración e o cálculo: cálculo mental deficiente, cóstalles aprende-las táboas de multiplicar...*
- *Polas súas dificultades de comprensión lectora interpretan inaxeitadamente os enunciados dos problemas, dificultade que se acentúa según a lonxitude e a redacción do enunciado.*
- *Suelen ter dificultades para discrimina-la información relevante da irrelevante, para diferencia-la información que deben atopar, confunden datos, etc.*
- *Dificultades na aplicación de estratexias organizadas na resolución de problemas: suelen utilizar estratexias de ensaio e erro por falta de comprensión do problema.*
- *Non anotan por escrito os datos e, si o fan, non os reflexan de forma ordeada. Tampouco elaboran representacións gráficas do problema que lles axuden durante o proceso.*
- *Cometen erros ao realiza-las operacións: colocación incorrecta das cifras ao ordena-las para operar, cambiar de lugar a coma dun número decimal, cambiar algunhas cifras por outras diferentes, etc.*
- *As súas dificultades de escritura conlevan que escriban os datos cun trazo deficiente, levándolles a cometer equivocacións e dificultando a corrección por parte do profesor.*
- *Non suelen realizar comprobacións.*

### **Outras dificultades**

- *Dificultades á hora de tomar apuntes, o cual repercute de maneira importante no estudio posterior.*
- *Dificultades nas técnicas de estudio: subraia- lo máis importante, facer un resumo, identifica-las palabras claves, elaborar esquemas e mapas conceptuais...*
- *Dificultades á hora de realizar exames: resposta precipitadas, incluso antes de ler as preguntas, dificultade para pensar distintas alternativas, etc.*

## **2.4. Características específicas de cada etapa educativa**

### 2.4.1. Educación Infantil

- ] Teñen dificultades para segui- las rutinas da aula.
- ] Non obedecen.
- ] Amósanse absorbentes.
- ] Necesitan moita supervisión.
- ] O seu comportamento é moi movido e imprudente.
- ] Cambian de xogo constantemente.
- ] Parece que non seguen ningún orde.
- ] Non se entreteñen moito con ningunha actividade.
- ] Suelen ter problemas de adaptación ás situacións novas.
- ] Reaccionan desproporcionadamente aos estímulos ambientais.
- ] Presentan dificultades no desenvolvemento do linguaxe.
- ] Presentan pobre coordinación motriz.

### 2.4.2. Educación Primaria

- ] Cóstalles adquiri-los hábitos, tanto de hixiene como académicos.
- ] Móvense en exceso durante as clases (levantarse da cadeira, ruidos, canturreos...)
- ] Dístraense con calquera cousa.
- ] Realizan comentarios inapropiados que xeran conflito.
- ] Persisten nos problemas de obediencia.
- ] Poden ter problemas de relación cos compañeiros.
- ] Se precipitan á hora de responder ás preguntas.
- ] Presentan dificultades de organización.
- ] Teñen problemas para segui-las instrucións.
- ] Evitan realizar tarefas que precisen dun esforzo mental sostido.
- ] Presentan as tarefas escolares sucias e descoidadas.
- ] Cometten erros nas tarefas escolares por descoido.
- ] Se resisten a face-la tarefa.
- ] Perden u olvidan obxectos necesarios.
- ] Baixa tolerancia á frustración.
- ] Baixa autoestima.
- ] As súas actuacións se perciben como intencionadas, Aínda que sexan consecuencia do seu trastorno.

### 2.4.3. Educación Secundaria

As manifestacións do TDAH nesta etapa poden estar relacionadas coas características propias desta idade, ademáis de ser un reflexo da súa traxectoria escolar e persoal. Habitualmente, se reducen as manifestacións da hiperactividade motora, manténdose as dificultades de atención así como a impulsividade. Por ello podemos sinalar como manifestacións máis específicas desta idade:

- ] Son capaces de permanecer máis tempo sentados na clase.
- ] Poden manifestar apatía cara o colexio.
- ] Abúrrense durante as clases.
  
- ] Dificultades á hora de asimilar coñecementos así como á hora de trasmiti-los.
- ] Terán dificultades de organización e planificación.
- ] Dificultades para o control do tempo.
- ] Cóstalles establecer prioridades.
- ] A pesar de que poden ser intelixentes as súas calificacións son baixas.
- ] Son capaces de sacar bos resultados nunhas asignaturas mentras que fracasan noutras.

### **Pautas para a resposta educativa**

A continuación, se presentan unha serie de pautas e orientacións coa intención de facilitar ao profesorado o axuste da resposta educativa. Estas orientacións, sendo beneficiosas para o alumnado en xeral, permiten regular e favorece-lo proceso de aprendizaxe do alumnado con TDAH e con Déficit de Atención.

### 3.1. Orientacións xerais

#### 3.1.1. Organizativas e metodolóxicas

##### Entorno Físico

##### **Reducir distractores:**

J Trasladar estímulos fora do seu campo visual (pósters, mapas, carteis, obxectos atractivos, etc)

J Posibilitar un ambiente tranquilo e sen ruidos.

##### **Distribución do alumnado:**

J Organizar o espacio da aula posibilitando distintos lugares de traballo: espacio para traballo en grupo, espacio para traballo persoal, un lugar onde incluso se pode traballar de pe, no chan...

J Utilizar de forma flexible dita organización en función das actividades e obxectivos que se queiran acadar.



J Ubicar ao alumno preto do profesor, o que permite a supervisión frecuente do profesor de maneira discreta.

J Situarlle entre compañeiros que lle sirvan de modelo, lle guíen nas tarefas e lle axuden no autocontrol persoal.

J Ubicar ao alumno nun lugar onde as interferencias sexan mínimas; por exemplo, na parte dianteira da clase, lexos da porta, da papeleira...

### Propostas didácticas

#### **Flexibilizar e adapta-los métodos de traballo para favorece-lo éxito académico do alumnado:**

J Propor actividades significativas para o alumno que lle susciten interese, relacionadas cos seus coñecementos previos, que teñan que ver coa súa vida cotiá...

J Elaborar actividades que impliquen a participación activa do alumno.

J Fomentar actividades que impliquen traballo conxunto de profesor e alumno.

J Posibilita-lo aprendizaxe dialóxico: grupos interactivos, tertulias dialóxicas...

J Potencia-lo aprendizaxe cooperativo, é dicir, "aprender xuntos alumnos diferentes".

### Organización e desenvolvemento das sesións

#### **Previo á sesión:**

J Dedicar as primeiras horas da mañá ás áreas que requiren un maior esforzo intelectual.

J Dedicar as últimas horas da mañá ou da tarde ás áreas que requiran menor concentración.

J Preparar e organizar as sesións anticipadamente e con claridade:

- Adecuar e definir os contidos, e secuenciar as actividades axustándoas á realidade da aula.
- Programar a actividade diaria alternando actividades teóricas con traballo práctico (estudio-exercicio, estudio-traballo).
- Ter en conta que o nivel de atención non sempre vai a ser o mesmo, polo que haberá que utilizar técnicas para controlar este nivel de atención:

- Utilizar variedade de actividades
- Ofertar actividades novedosas
- Ofrecer primeiro actividades sinxelas

#### **Iniciando a sesión:**

J Verificar que o alumno ten preparado o material necesario para realizar a actividade.

J Utilizar estratexias prosódicas e de dramatización para captar a atención inicial:

- Dirixirse ao alumnado nun ton de voz baixo.
- Xesticular e teatralizar.

J Inicia-la sesión cun esquema ou guión do que se vai a traballar visible nunha esquina da pizarra.

**Explicacións e instrucións de traballo durante a sesión:**

- J Intercalar tempos de explicación e traballo persoal.
- J Utilizar estratexias para manter o nivel de atención tales como a xesticulación e os cambios de entonación.
- J Favorece-lo contacto ocular co alumno.
- J Simplificar ao máximo a información ao explica-lo procedemento de realización da tarefa.
- J Presenta- la idea principal do contido que vamos a traballar de forma moi clara ao inicio da explicación.
- J Adxuntar información visual que guíe a tarefa e facilite a secuenciación e organización da mesma.
- J Ofrecer modelos claros de execución xunto coas instrucións.
- J Asegurarse da comprensión do explicado, realizando preguntas sinxelas e frecuentes sobre os aspectos fundamentais das explicacións.
- J Proporcionarlle un listado dos conceptos claves.

**Finalización da sesión:**

- J Unha vez concluída a explicación realizar un resumo da mesma e pedir ao alumno que o repita de maneira privada ou pública, comprobando con el o que aprendeu.
- J Utiliza-los últimos minutos de clase para asegurarse de que:
  - Si aplicouse unha estratexia, esta sexa revisada e valorada.
  - Si aprendeu algo novo, comprenderonse os aspectos fundamentais.
  - Si mandamos tarefas para casa, as apuntamos correctamente.

3.1.2. Aspectos relacionados co comportamento

Establecemento de normas e límites que regulen o funcionamento da aula

- J Favorecer unha acción coherente e coordinada co equipo docente.
- J Establecer un ambiente estruturado.
- J Fomentar un maior autocontrol.
- J Determinar de forma consensuada as consecuencias do incumprimento da norma.
- J Establecer consecuencias naturais.

Emprego de ferramentas básicas para o control do comportamento

- J Dar ordes claras e firmes.
- J Supervisar constantemente para anticipar e previr situacións e xerar no alumnado maior seguridade e autocontrol.
- J Ignorar comportamentos desaxustados.
- J Reforzar comportamentos axeitados.
- J Axudarlle a utilizar auto-instruccións.
- J Realizar titorías individualizadas: crear un espacio de comunicación positiva individualizada co alumno que permita encauzar algunha conduta determinada, expresar sensacións, sentimentos...
- J Reflexionar, analizar sobre a conduta desaxustada e análise de comportamentos alternativos.
- J Utiliza-la sobrecorrección, é dicir, a práctica da conduta axeitada.
- J Utiliza-la negociación a través de contratos.
- J Axudarlle a analiza-las consecuencias das súas accións.

3.1.3. Aspectos socioemocionais

Baixa tolerancia á frustración:

- J Axusta-las expectativas escolares, sociais e familiares ás características do alumnado:

- Adicar tempo a coñecer ao alumnado.
- Establecer con él unha relación afectiva axeitada.
- Posibilitar situacións de éxito, plantexar actividades

- que sexa capaz de resolver,
- nas que se sinta protagonista,
- que favorezan a autoestima.

- J Ir aumentando o nivel de esixencia de acordo cos resultados obtidos.
- J Trasmitirlle expectativas positivas respecto aos seus resultados, a través de mensaxes positivos: "*Pensamos e cremos que podes facelo*".
- J Evita-la sucesión continua de situacións frustrantes: actividades que non pode realizar, situacións cotiás que non pode resolver...
- J Preveni-la frustración nas relacións sociais, ensinándolle a interpreta-los códigos que as rixen e a actuar en consecuencia.
- J Entrenar ao alumnado a enfrentarse ás dificultades que atopa ao relacionarse co entorno posibilitando situacións no grupo, creadas para este fin e mediadas polo adulto (*role-playing*).

A autoestima

- J Traballar a través da educación emocional os medos a fracasar, a non ser aceptado, á inestabilidade que sinte, aos cambios de humor...
- J Utiliza- la comunicación asertiva e a empatía:

- Utiliza-lo contacto visual.
- Utilizar un vocabulario asertivo por parte do adulto modelando así o do alumnado.
- Mensaxes "eu". Ex.: "*Eu penso..., eu quero...*"
- Utilizar palabras de colaboración. Ex.: "*Imos a ver*", "*Imos a facer*", "*¿cómo podemos resolver isto?*"
- Demostrar interese polo outro: "*¿Que pensas ti? ¿Como o ves?*"

J Procurar que sintan proximidade afectiva potenciando as relacións interpersoais e os vínculos sociais a través de xogos, traballos en grupo...

J Axudar ao alumno a que coñeza as súas fortalezas e debilidades concienciándoo das súas propias valías e traballando as súas debilidades.

J Realizar dinámicas grupais, co obxectivo de traballa-la cohesión e a inclusión de todos os membros do grupo.

J Posibilitar que o alumno poida ir coñecendo e desenvolvendo un autoconcepto positivo de sí mesmo.

J Coida-lo linguaxe que utilizamos, evitando mensaxes negativos dirixidos ao alumnado. Por exemplo, dicir: "*Si ordeas a túa mesa, poderás traballar axeitadamente*" en vez de: "*Eres un desastre, tes toda a túa mesa desordeada*".

J Asignar ao alumno un rol axeitado e positivo dentro do grupo aproveitando as súas fortalezas. Ex.: aproveita-los seus coñecementos de informática para axudar aos compañeiros.

J Establecer consecuencias de condutas desaxustadas en momentos que non haxa conflito.

J Anticipa- las consecuencias das condutas non axeitadas, deixando claro qué é o que ocurrirá cando se comporte de determinada maneira.

J Evitar critica-los públicamente ou poñe-los en evidencia.

#### Dificultades nas relacións sociais

J Programar un tempo para a ensinanza de habilidades sociais.

J Axudar ao alumnado a entende-las sinais do seu entorno (expresións faciais, xestos, sinais de perigo, situacións sociais...), ensinárlle alternativas de resposta axeitada.

J Axudarlle a analiza-las consecuencias dos seus actos, para así poder adapta-lo seu comportamento ás diferentes situacións.

J Fomenta-las relacións cos seus iguais mediante xogo social, traballo en grupo...

J Establecer unha relación de respecto, utilizando por parte do profesor un linguaxe claro e conciso.

J Traballa-las estratexias pro-sociais creando un axeitado clima de aula baseado no compromiso á norma, o modelado de conduta a través do profesor e do alumnado que pode exercer un liderazgo positivo...

J Entrenar en resolución de conflitos.

J Reflexionar e ensinar elementos expresivos, receptivos e interactivos da comunicación, para aprender a axusta-lo linguaxe nas relacións sociais.

### 3.2. Pautas diferenciadas por etapa escolar

#### 3.2.1. Primaria

##### Falta de Atención

- a. Crear un entorno físico e ambiente estruturados
  - Traballa-las normas, que deben ser claras, sinxelas e consensuadas. Coloca-las nun lugar visible.
  - Establecer unha rutina diaria no funcionamento da clase.
  - Anticipa-los cambios nas rutinas.
  - Colocar nun lugar visible o horario semanal de clase.
  - Planifica- la ubicación do alumno.
  
- b. Organiza-las tarefas a realizar e materiais a empregar
  - Utilizar medios técnicos que favorezan a súa atención (vídeos, ordenadores...).
  - En relación ás tarefas escolares ter en conta que éstas sexan:
    - Cortas, estruturadas e motivadoras.
    - Mellor poucas, variadas e supervisadas.
  - Utilizar esquemas.
  - Ensinarlle ao alumnado a utilizar listas de secuenciación das tarefas que lle guíen na realización das actividades, poden ser con imaxes ou con texto.
  - Ensinarlle técnicas para organiza-lo tempo
  - Ensinarlle a preparar e organiza-lo material necesario para a actividade antes e ao remata-la sesión.
  - Avanzando cara un funcionamento máis autónomo, dar un tempo para que o alumno organice o material que vai a necesitar.
  
- c. Asegurarse de que entendeu a actividade
  - Capta-la atención do alumno antes da explicación ao grupo.
  - Resumir de forma individual as consignas dadas ao grupo.
  - Repeti- los mensaxes utilizando outras palabras, xestos ou un apoio visual.
  - Pedirle de modo discreto que exprese verbalmente o que entendeu.
  - Establecer compañeiros de supervisión e estudio con estratexias axeitadas e bo nivel de concentración que axuden ao alumno en determinados momentos.

d. Controla-lo tempo adicado as actividades

- Acordar co alumno de forma individual un sinal que evite a súa distracción e lle reconduzca na súa tarefa.
- Fragmenta- la actividade en partes cortas, supervisando o tempo que adica a cada unha.
- Marcar tempos concretos para a realización da tarefa.
- Usar un reloxo ou cronómetro para a realización das actividades.
- Dar as instrucións a medida que vaia realizando os diferentes pasos.
- Avisar con antelación antes da finalización do tempo adicado á actividade.
- Supervisar de forma discreta a realización da actividade proposta.

e. Desenvolver periodos de concentración cada vez máis longos

- Manter contacto visual frecuente.
- Estructura-la sesión planificando o traballo e os descansos,
- Respectando os seus periodos de concentración, reflexándoo de forma visual a nivel xeral ou de forma individualizada para o alumno.
- Reforza- los aumentos no tempo de atención cun guiño, un sorriso...

f. Axudar a planificar a súa vida escolar

- Lembrarlle o horario escolar e as actividades diarias.
- Lembrarlle as datas de entrega de traballos ou realización de exames a medida que se vaian achegando.
- Axudarlle a apunta-las tarefas e supervisar que o fixo.
- Supervisa-la axenda e o material que vai a necesitar, tanto na escola como na casa.

g. Aumenta-la súa motivación e capacidade de esforzo

- Propor actividades variadas.
- Propor actividades cooperativas formando grupos de traballo con papeis claramente diferenciados.
- Propor tarefas novas que, supoñendo un reto, estén ao alcance das súas posibilidades.
- Facerlle participar con éxito na clase facéndolle preguntas cuxa resposta coñece.
- Realizar comentarios positivos e reforzos ante calquera aproximación á conducta desexada.
- Rescatar e destaca-las conductas positivas do alumno.
- Non etiquetar nin facer xuízos de valor da conducta inaxeitada.
- Sinalar a conducta axeitada que debe substituír á inaxeitada.

- Ir aumentando o nivel de esixencia conforme se van producindo avances no seu aprendizaxe.

### Hiperactividade

- a. Controla-la inquietude e o exceso de movementos inapropiados
  - Medir canto tempo pode permanecer traballando de forma concentrada.
  - Evitar situacións en que non poda controlar a súa conducta, axustando o entorno e as peticións á capacidade de control do alumno. Ex.: si a saída do alumno ao patio xunto co resto dos grupos lle supón un descontrol, optar por sacar ao grupo do alumno uns minutos antes.
  - Identifica-las sinais que anticipan comportamentos molestos, como golpear reiteradamente a mesa co lápiz, e reconducir cara a realización de tarefas que supoñan movemento, como repartir fichas de traballo.
  - Posibilita-lo exercicio físico para rebaixar o nivel de actividade. Ex.: antes de iniciar unha sesión que requira concentración e despois doutra de traballo, permitirle que suba e baixe as escaleiras.
  - Permitir movementos corporais que non supoñan desplazamentos, mentras no sexan perturbadores para a actividade principal.
  - Posibilita-los deplazamentos funcionais. Ex: que se levante a mostrar ao profesor unha parte da tarefa.
- b. Fomenta-la actividade controlada
  - Organizar actividades nas que o alumnado poida participar a diferentes niveis e realizando tarefas distintas. Ex.: facer un mural en equipo asignando diferentes responsabilidades.
  - Programar pequenas tarefas ou responsabilidades de axuda ao profesor que posibiliten elimina-la tensión e enerxía acumuladas. Ex.: encargarlle o coidado da pizarra, dalgunha pranta da aula...
  - Preguntarlle habitualmente pedíndolle que saia á pizarra.
- c. Controla-los estímulos
  - Darlle menos cantidade de exercicios de modo que se centre máis na calidade que na cantidade.
  - Presentarlle a tarefa conforme vaia finalizando a anterior, dándolle un tempo para a súa realización e correxíndoa inmediatamente.
  - Programar a realización de tarefas que requiren esforzo mental despois de periodos de esforzó físico: recreo, educación física. Con isto conseguimos que o cansancio favoreza a súa concentración, aínda que é posible que necesitemos adicar un tempo á relaxación.
  - Utilizar marcadores de tempo como reloxes de area, cronómetros... para traballa-la conciencia do tempo.

- Permitir certo nivel de murmullo e movemento na aula.
- d. Afrontar situacións xerais de maneira óptima
  - Ignorar movementos incontrolados e acordar co alumno un sinal que lle axude á recondución sen necesidade de chamarlle a atención. Ex.: guiñar un ollo.
  - Ensinarlle a respecta- los turnos de participación en tarefas grupais.
  - Permitir que realice explicacións a outros estudantes.
  - Darlle oportunidade de expresa-lo seu punto de vista en situación conflictivas nas que estivo implicado.
  - Intervir co resto de compañeiros para que acepten algunhas intervencións non axeitadas do seu compañeiro.
  - Evitar que os compañeiros imiten ou animen ao alumno a realizar movementos inaxeitados

### Impulsividade

- a. Defini-las normas
  - Consensuar e defini- las normas xerais da aula, e decidi-las consecuencias do seu incumprimento.
  - Redactar en positivo as normas, que deben ser poucas, claras e consistentes.
  - Establecer e consensuar normas personalizadas con aquel alumnado que o necesite.
  - Prever diferentes vías de solución a un mesmo problema.
  - Facer un recordatorio frecuente da normativa e coloca-la nun lugar visible da aula.
  - Reforzar ao grupo a conduta axeitada que plantexamos. Traballar de forma individual co alumno. Ex.: *"¡Qué ben!, gracias a que seguíchedes a explicación sentados e en silencio, podemos rematar a tempo"*.
  - Falar sobre as condutas inaxeitadas en privado.
  - Aplica-las consecuencias de forma inmediata.
  - Ser constante e firme á hora de aplica-los procedementos.
- b. Favorece-lo autocontrol
  - Fomenta-lo traballo colaborativo entre o alumnado.
  - Posibilitarlle indicacións, consellos e advertencias que guíen a súa conduta, co obxectivo de que consiga interioriza-lo (a través de imaxes, iconos, frases concretas...).
  - Eloxiar, nos momentos de inicio de conduta inaxeitada, ao alumno que presente un comportamento axeitado e que poida servir de modelo.
  - Ensinarlle:



**COLEXIO "LA INMACULADA".PONTEAREAS.  
PLAN DE ORIENTACIÓN CURSO 2014/2015**

- Estratexias de autoinstrucción mediante a fala interna que posibilite ao alumno controla-la súa conduta.
  - A realizar movementos con ritmos moi lentos.
  - Técnicas de relaxación.
  - A esperar o seu turno en actividades compartidas.
- 
- Mediar entre o alumnado facilitando a expresión e comprensión de situacións de conflito interpersonal, entrenándolles para que consigan chegar á resolución de conflitos sen intervención do adulto.
  - Realizar unha maior supervisión en situacións menos estruturadas: patio de recreo, saídas, desprazamentos, festas...
  - Aumenta-la tolerancia á frustración, pospoñendo as recompensas inmediatas en beneficio doutras maiores e máis a longo prazo.
- c. Premia-las acción axeitadas e ignora-las inaxeitadas
- Expresarlle diariamente aspectos positivos realizados.
  - Realizar valoracións positivas e equitativas.
  - Evitar comparacións con outros alumnos.
  - Evitar comentarios negativos, ironías, alza-la voz...
  - Utilizar rexistros de forma que poida ve-los avances que realiza nos aprendizaxes.
  - Implantar un sistema de puntos no que se premia a consecución de obxectivos e con coste de resposta ante o incumprimento. Unhas veces para obxectivos individuais e noutros para obxectivos de todo o grupo.
  - Retirar reforzadores positivos a continuación da conduta que queremos eliminar.
  - Ignora-las condutas inapropiadas e no caso de que sexan moi molestas utiliza-lo tempo fora.
  - Traballa-las consecuencias das condutas desaxustadas nos momentos nos que non hai disrupción.
- d. Aumenta-la súa capacidade de reflexión
- Seleccionar co alumno as condutas nas que se vai a intervir para disminuir ou aumenta-la súa frecuencia.
  - Substituí-lo verbo *ser* polo verbo *estar*, para coidar a súa autoestima e informarlle do comportamento esperado. Ex.: en lugar de "*Son un atolondrado*", dicir "*Estou atolondrado*".
  - Estructura-lo ambiente con sinais visuais que lle guíen e inciten a esperar e pensar.
  - Pedirlle que pense en voz alta para axudarlle a xerar un linguaxe interno que controle a súa conduta.
  - Actuar de modelo no uso do linguaxe interno nos procesos de resolución de problemas.

- Observar e analizar despois con él/ela as condutas que presenta en diferentes momentos, espacios e con diferentes persoas, mostrando alternativas a condutas non axeitadas.
- Analiza-los erros ou equivocacións realizados de forma obxectiva, evitando sentimentos de culpabilidade.
- Facerlle consciente das consecuencias das condutas inaxeitadas

### 3.2.2. Secundaria

#### Falta de Atención

##### a. Propostas Metodolóxicas

- Crear rutinas que posibiliten unha mellor organización das sesións e que permitan ao alumnado anticipa-lo que ven a continuación.
- Estructura-las sesións de forma que resulten dinámicas e motivadoras. Utilizar diferentes formas de presentación do contido (libro, fichas, soporte informático, investigación en grupos, búsqueda activa en parellas ou individualmente...).
- Reduci-lo tempo adicado as explicacións verbais, buscando unha maior implicación do alumnado.
- Explicar previamente o vocabulario co que se darán as instrucións.
- Favorece-la participación.
- Explicar con detalle, de forma individual si é mester, os procedementos de resolución das actividades ou tarefas que se plantexan.
- Ensinar e aplicar de forma práctica técnicas de estudio no día a día da aula: realizar esquemas, incentiva-lo subraiado, etc.

##### b. Aprender a aprender

- Facer que pida axuda sen anticiparnos ao que necesite.
- Estimularlle para que cre o seu propio sistema para lembrar os procesos máis habituais da vida escolar: prepara- la mochila, face- la tarefa, entregar un traballo...
- Actuar como mediador entre o alumno e as estratexias e modalidades para aprender, asimilar e interiorizar contidos. Posibilitar encontros individuais previos e posteriores á sesión.
- Transmitir coñecementos por medio da asociación e as vivencias, partindo de coñecementos previos e achegando os contidos ou a súa presentación aos intereses do alumnado.
- Fomenta- la realización de exercicios prácticos.

##### c. Motivación

- Asegurarse de que o alumno coñece as características do seu trastorno e que comprende as posibilidades que ten e as dificultades que implican.

- Descubrir xunto co alumno os seus potenciais, para axudarlle a sentirse mellor e posibilitar o seu desenvolvemento persoal.
- Fomenta- la boa conduta e a utilización do eloxio, buscando e resaltando o éxito tanto como sexa posible.
- Ofrecer algún tipo de incentivo que axude ao alumno a interesarse por acadar unha meta, partindo dunha búsqueda previa dos seus intereses.

d. Axuste curricular

- Adapta-lo programa educativo ás necesidades individuais de cada alumno.
- Explicar ao grupo en qué consiste unha adaptación curricular, clarificar que non implica reduci-lo nivel de esixencia.
- Fomentar no grupo o respecto ás diferencias entre os alumnos.

Hiperactividade e Impulsividade

a. Crear un clima de aula axeitado

- Establecer e consensuar normas, límites e consecuencias claras.
- Prioriza-lo respecto en todas as relacións sociais na aula e no centro, adicando tempo específico a traballa-las.
- Crear lazos de empatía co alumno, organizando actividades que faciliten o coñecemento dun mesmo e dos demais, e axuden a establecer relacións interpersoais.
- Permitirlle válvulas de escape: Ex.: posibilitar movementos controlados (avisos ao conserxe, facer fotocopias...), facerlle protagonista da explicación...
- Separar a persoa do acto que realiza, xa que moitas veces non son conscientes das consecuencias das súas accións. Utilizar mensaxes que se centren na acción e non na persoa.O exceso de severidade desmotiva aos adolescentes, aumentando a súa sensación de fracaso.

b. Preveni-la aparición de conflitos

- Crear un ambiente no que se fomente a comunicación.
- Preveer protocolos de actuación para afrontar situación de enfado, frustración ou incluso agresión.
- Manter unha actitude cara o alumno que favoreza a confianza interpersoal.
- Evitar criticarlle públicamente o porlle en evidencia.
- Ensinarlle a reflexionar transmitíndolle información de maneira constructiva que lle axude á auto-observación.
- Facerlle partícipe das solucións para correxi- la conduta inaxeitada.

c. Exerce-la disciplina

- Evitar tanto actitudes permisivas como autoritarias.
- Adoptar unha actitude firme e clara no cumprimento da norma. Dita actitude será sempre respectuosa, aberta e afectiva.
- Nos momentos posteriores ao conflito, intentar comunicarse positivamente co adolescente sen enxuciar nin criticar.
- Resolve-los conflitos xunto co alumno implicado, utilizando a negociación, identificando o orixe do problema e plantexando posibles solucións.
- Á hora de sancionar, emprega-las consecuencias lóxicas e naturais (si sentado ao lado da ventá non deixa de golpear-lo cristal facendo ruidos molestos, se lle colocará nun lugar que non acceda á ventá).
- Quitarlle temporalmente un privilexio como consecuencia dun comportamento inapropiado (si se lle permitía xogar co ordenador os últimos minutos de clase, prescindir de ello si non controlou a súa conduta nesa mañá).

3.2.3. Estratexias de intervención nas dificultades específicas de aprendizaxe

**LÍNGUAXE**

**LECTURA**

- Utilizar un sistema fonolóxico para o aprendizaxe da lectura e a escritura.
- Permitir a lectura silábica así como o seguemento da lectura co dedo para favorecer os procesos lecto-escritores, evitando correccións polo profesorado.
- Aumentar-lo tamaño da letra e a distancia entre as liñas para fomentar a exactitude lectora.
- Facilitar unha lectura en silencio ou sub-labial previa para que se familiarice co texto.
- Modelar a práctica lectora correcta: o profesor lerá o texto por párrafos antes de que os alumnos realicen a lectura.
- Desenvolver actividades de lectura en parellas onde un compañeiro que teña unha lectura fluida sirva de modelo
- Practicar a lectura conxunta en voz alta.
- Permitir que siga o texto cun marcador de cartolina, co dedo, co bolígrafo, etc.
- Destacar aqueles aspectos da lectura nos que se prevé que vai a ter dificultades (determinadas palabras, signos de puntuación, etc.) mediante un subraiado, redondeándoo con cor, unha cruz, etc.

**COMPRESIÓN ESCRITA**

- Utilizar los diferentes sentidos e vías para acceder ao significado das palabras e conceptos: ver-la palabra escrita, debuxala, asociala coa súa imaxe, etc.
- Previamente á lectura, traballar o vocabulario e os conceptos novos que vaian a aparecer no texto.

- Si tende a vocalizar o le en voz baixa para sí, permitirle que o faga, xa que así escoita a súa propia voz logrando mante-la atención e captando deste modo o significado do texto.
- Non obrigar a ler en voz alta a un alumno que ten dificultades (a lectura en voz alta non é unha estratexia axeitada para mellora-la comprensión).
- Ensinar a descifra-lo significado das palabras novas polo contexto.
- Proporcionar tempo para busca-las palabras no diccionario.
- Axudar a busca-las ideas principais e diferencia-las das ideas secundarias.
- Apoiarse nas preguntas claves (que, como, cando, onde y por que).
- Utilizar organizadores gráficos e estratexias para dar sentido ao texto:
  - Tableiro do relato: dividi-la folla en seccións para que debuxe ou escriba secuencialmente a historia en cada sección.
  - Gráficos ou mapa do relato: identifica-los personaxes, a trama, a resolución, etc.
  - Perfíles gráficos: confeccionar un gráfico cós acontecementos máis importantes do texto lido.

## **ESCRITURA**

- Reforza-la motricidade fina e a direccionalidade a través de exercicios de preescritura.
- Utilizar técnicas de ensinanza multisensorial (utilizando o máximo de canais: auditivo, visual...) para axudar aos alumnos con problemas de ortografía.
- Realizar diariamente caligrafía, ben seleccionada e en papel con dobre raia (facilítalles a referencia de arriba e abaixo).
- Proporcionar tempo para a corrección da súa propia grafía.
- Propor actividades de corrección mutua de grafía.
- Correxir únicamente as faltas de ortografía que fagan referencia á regra ortográfica que se esté traballando.
- Ser flexíbles cós erros ortográficos na realización dos traballos, dando máis importancia ao contido que á forma.
- Practicar regularmente as palabras no ordenador.
- Reduci-la cantidade de texto a copiar.
- Construir un diccionario persoal con aquelas palabras coas que ten dificultades.

## **EXPRESIÓN ESCRITA**

- Previamente á escritura, realizar unha choiva de ideas, con ou sen apoio visual, que proporcione ideas, conceptos, vocabulario, etc.
- Ensina-los diferentes tipos de textos e a estrutura de cada un deles dunha maneira moi explícita.
- Empregar tarxetas ou fichas para pensar, que lles guíen na planificación e produción do texto.

- Ensinar a tomar como referencia as preguntas claves: que, como, cando, onde y por que.
- Permitir utiliza-lo ordenador como ferramenta complementaria de aprendizaxe. Realizar traballos con ordenador.

## MATEMÁTICAS

### **NUMERACIÓN E CÁLCULO**

- Utilizar taboas de sumar e taboas de restar para axiliza-lo cálculo mental.
- Realizar xogos de cálculo mental.
- Realizar representacións tanto da suma como da resta por medio de debuxos, puntitos...
- Traballa-las operacións matemáticas por medio de xogos (dominó, parchís...).
- Utilizar columnas numéricas para o aprendizaxe dos números no que as unidades, decenas, centenas... sexa o referente visual.
- Reafirma-los conceptos básicos aritméticos: significado do número, comprensión de símbolos, contar-descontar, compoñer-descompoñer números, o valor que ocupa un número, propiedades asociadas a cada operación e estimación.

### **RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

- Ensinar a subraia-los aspectos máis relevantes do enunciado: datos, incógnitas, outros.
- Acostumbrarlle a representa- la información mediante debuxos sinxelos.
- Parcelar o espacio físico do problema en diferentes zonas: datos, pregunta, representación de operacións, resultado.
- Esixi- la comprobación do resultado.
- Si comete un erro nunha operación, pedirle que repita os pasos pero en voz alta para identificar onde o cometeu.
- Permitir utilizar follas cuadrículadas, para facilita-la correcta alineación das cifras nas operacións.
- Facilitar unha folla de autoinstrucións, que lle axude a interioriza-las e converti-las en hábito.
- Permitir que teña as taboas de multiplicar a man.
- Controla-lo traballo en espazos cortos, deixándolle traballar de forma autónoma pero estando atento aos posibles bloqueos.
- Acostumbrarlle a utiliza-lo reloxo para controla-lo tempo adicado a cada fase.
- Non obrigarlle a copia- los enunciados dos problemas, permitindo que dedique ese tempo a comenza-la resolución.
- Evita-los enunciados longos, si non son necesarios. Simplifica-la complexidade.

#### 3.2.4. Estratexias e pautas para exames e avaliacións

As seguintes son unha serie de medidas que, sin que supoñan unha adaptación curricular significativa (é dicir, sen diminuí-los estándares curriculares correspondentes ao ciclo/nivel que cursa o alumno/a), lle faciliten demostra-lo aprendido. Desta forma se

facilita a avaliación dos coñecementos, capacidades e competencias do alumnado e non as súas dificultades para afrontar unha situación de exame.

### **ANTES**

- Programa- las datas dos exames con antelación mínima dunha semana e coordinadamente entre o equipo docente, para evitar sobreesforzos e coincidencias de día.
- Colocar un calendario de exames visible na aula.
- Comproba-la anotación das datas na axenda persoal.
- Informar á familia das datas e contidos do exame.
- Organizar un plan de preparación e estudio.
- Programa-los exames nas primeiras horas do día.
- Plantexar preguntas cortas e enunciados directos.
- Diseñar exames cortos con máis frecuencia, en vez de probas longas.
- Facilita-lo texto escrito, evitando o dictado ou a copia dos enunciados e/ou preguntas.
- Incluir preguntas que impliquen respostas breves.
- Dar espazo suficiente para responder.
- Dividi- las preguntas compostas en preguntas sinxelas.
- Reduci-lo número de preguntas por folla.
- As preguntas de tipo test facilitan a demostración dos coñecementos do alumnado.
  
- Diseñar actividades de avaliación escrita e oral, dependendo do que consideremos que é mellor para o alumno.
- Realizar exercicios co formato de exame para familiarizarse con eles e poder centrarse nos coñecementos o día da proba, incidindo tamén no aprendizaxe do control do tempo.
- Asegurarse de que ten todo o material necesario para realiza-la proba de avaliación.

### **DURANTE**

- Situarlle preto do profesor/a para supervisa- laconcentración e evitar distraccións.
- Ler en voz alta, por parte do profesorado, os enunciados das preguntas.
- Si un exercicio se pode realizar de varias formas, indicarlle cuál é a máis axeitada para él.
- Verificar que entende as preguntas.
- Ofrecerlle un lugar libre de distraccións que favoreza a súa concentración.
- Si presenta dificultades para centrarse na proba, axudarlle a reconduci-la súa atención.
- Informar desde el principio de canto tempo se dispón para a proba.

**COLEXIO "LA INMACULADA".PONTEAREAS.  
PLAN DE ORIENTACIÓN CURSO 2014/2015**

- Ir dando información do tempo restante durante a realización da proba.
- Adapta-lo tempo necesario para realizar o exame.
- Supervisar que respondeu a todas as preguntas.
- Lembrar que repase as súas respostas antes de dar por rematado o exame.
- Nos cursos superiores, si o exame dura máis dunha hora, permitirlle un breve descanso saíndo da aula uns minutos.

**DESPOIS**

- Realizar un *feed-back* individual e en grupo dos aspectos positivos.
- Analizar de forma individual o tipo de erros realizados.
- Transmitir de forma individual como pode mellorar.
- Ensinar estratexias e búsqueda de alternativas ás dificultades que atopa.
- Valora-lo seu esforzo por aprender tanto como o aprendido. O éxito non está tanto no resultado como no proceso.

A Xefa do Departamento de Orientación  
Elisa M<sup>a</sup> García Domínguez