



**Universidad
Zaragoza**

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Programa IEPAT:

Intervención en Educación Primaria en Alumnos con TDAH

Alumna

Beatriz Lagunas Durbán

Directora

Sandra Montagud Romero

Grado de Psicología

AÑO ACADÉMICO 2020-2021



Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel
Universidad Zaragoza

Índice

Resumen	3
Abstract.....	4
Justificación teórica	5
Objetivos.....	10
Localización y destinatarios	10
Metodología.....	10
Participantes.....	10
Instrumentos	10
Procedimiento	11
Sesiones	12
Sesión nº 1. Toma de contacto.....	13
Sesión nº 2. Las emociones	14
Sesión nº 3. Comportamiento	14
Sesión nº 4. Relajación I.....	15
Sesión nº 5. Lectura I.....	15
Sesión nº 6. Lectura II	16
Sesión nº 7. Lectura III	16
Sesión nº 8. Lectura IV	16
Sesión nº 9. Escritura I.....	16
Sesión nº 10. Escritura II	17
Sesión nº 11. Interacciones sociales I.....	17
Sesión nº 12. Interacciones sociales II.....	17
Sesión nº 13. Relajación II.....	17
Sesión nº 14. Cierre	18
Recursos.....	18
Recursos humanos	18
Recursos materiales	18
Recursos técnicos	18
Evaluación	19
Resultados esperados	19
Conclusiones.....	20
Referencias	22
Anexos.....	24

Resumen

El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) es un trastorno del neurodesarrollo que puede llegar a afectar hasta a un 10% de escolares, provoca poca capacidad para conseguir mantener la atención, excesiva actividad motora y dificultad para el autocontrol. Esto hace que sea necesaria una adecuada intervención durante la infancia desde los centros educativos.

Para ello, se propone un programa de intervención cuya finalidad es mejorar el comportamiento y el rendimiento académico del alumnado que padece este trastorno. Haciendo hincapié a lo largo de catorce sesiones en conseguir un mayor autocontrol de la conducta, de las emociones, mejorar la atención, la lectura y el trazado a la hora de escribir, así como lograr una mejora de la calidad de sus relaciones sociales y con ello, evitar el aislamiento social. Gracias a todo lo anterior se espera reducir las consecuencias del trastorno en la adolescencia.

El programa se realiza con alumnos y alumnas de entre seis y once años de tres centros educativos: Colegio Internacional Ánfora (Cuarte de Huerva), Colegio Sagrada Familia (Zaragoza) y Colegio Liceo Europa (Zaragoza). Resulta imprescindible la participación por parte de las familias y del profesorado para llevarlo a cabo.

Una vez finalizado el programa se espera que haya una mejora significativa en la conducta de los participantes tanto en autocontrol como emociones; en el rendimiento académico, principalmente en la lectura y escritura; y en su vida social. Al igual de la misma manera, se estima que la intervención tenga consecuencias positivas a largo plazo, en las etapas posteriores del desarrollo.

Palabras clave: TDAH, alumnado, conducta, rendimiento académico, autocontrol, emociones.

Abstract

The Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurodevelopmental disorder that can affect up to 10% of schoolchildren. It causes little ability to keep attention, excessive motor activity and difficulty in self-control. Because of that, it is necessary a suitable intervention during childhood from schools.

For this, an intervention program is proposed with the aim to improve the behavioral and academic performance of students suffering from this disorder. Emphasizing throughout fourteen sessions on achieving greater self-control of behavior, knowing how to control emotions, improving attention, reading and writing, and achieving an improvement in the quality of their social relationships and avoiding social isolation. As a result, it is expected to reduce the consequences of the disorder in adolescence.

The program is carried out with male and female students between the ages of six to eleven from three schools: Colegio Internacional Ánfora (Cuarte de Huerva), Colegio Sagrada Familia (Zaragoza) and Colegio Liceo Europa (Zaragoza). Families and teachers' participation is essential to carry it out.

Once the program is finished, it is expected a significant improvement in the behavior of the participants in both self-control and emotions; in academic performance, mainly in reading and writing; and in their social life. Likewise, the intervention is expected to have positive long-term consequences, in the later stages of development.

Keywords: ADHD, students, behavior, academic performance, self-control, emotions.

Justificación teórica

Los Trastornos del Desarrollo son un grupo de alteraciones que pueden aparecer desde el nacimiento o, en general, durante la infancia. Son producidos por un desorden en el desarrollo del cerebro y afectan a nivel cognitivo, conductual, social y del lenguaje (Artigas-Pallarés et al., 2013). Entre ellos, podemos encontrar las discapacidades intelectuales, los trastornos de la comunicación, el trastorno del espectro autista, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, el trastorno específico del aprendizaje y los trastornos motores. Es importante que se lleve a cabo una detección e intervención precoz para disminuir las consecuencias de estos a lo largo de la vida del individuo.

Por su parte, el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) se trata de un trastorno del neurodesarrollo cuyos síntomas son inatención (dificultad para mantener la concentración), hiperactividad (nivel de actividad motora elevada respecto a su edad y desarrollo) e impulsividad (falta de autocontrol). No tienen por qué darse todos a la vez, puede prevalecer uno de ellos y pueden seguir estando presentes durante la vida adulta, aunque estos tienden a disminuir con la edad (Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), 2017).

Según la 5ª Edición del Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V), el TDAH es un “patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfiere con el funcionamiento o el desarrollo, que se caracteriza por inatención (1) y/o hiperactividad e impulsividad (2)” American Psychiatric Association, 2014, p. 33). En ambos deben darse seis o más síntomas [Tabla 1] [Tabla 2] durante mínimo seis meses sin corresponderse al nivel de desarrollo del paciente y afectando en su entorno social y laboral y/o académico de manera directa. A partir de los 17 años, es necesario cumplir como mínimo cinco síntomas (American Psychiatric Association, 2014).

Tabla 1

Síntomas inatención DSM-V (American Psychiatric Association, 2014, p. 34)

Inatención (1)	a. Con frecuencia falla en prestar la debida atención a detalles o por descuido se cometen errores en las tareas escolares, en el trabajo o durante otras actividades. b. Con frecuencia tiene dificultades para mantener la atención en tareas o actividades recreativas.
-------------------	---

-
- c. Con frecuencia parece no escuchar cuando se le habla directamente.
 - d. Con frecuencia no sigue las instrucciones y no termina las tareas escolares, los quehaceres o los deberes laborales.
 - e. Con frecuencia tiene dificultad para organizar tareas y actividades.
 - f. Con frecuencia evita, le disgusta o se muestra poco entusiasta en iniciar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido.
 - g. Con frecuencia pierde cosas necesarias para tareas o actividades.
 - h. Con frecuencia se distrae con facilidad por estímulos externos (para adolescentes mayores y adultos, puede incluir pensamientos no relacionados).
 - i. Con frecuencia olvida las actividades cotidianas.
-

Tabla 2

Síntomas hiperactividad e impulsividad DSM-V (American Psychiatric Association, 2014, p. 35)

Hiperactividad e impulsividad (2)	<ul style="list-style-type: none"> a. Con frecuencia juguetea con o golpea las manos o los pies o se retuerce en el asiento. b. Con frecuencia se levanta en situaciones en que se espera que permanezca sentado. c. Con frecuencia corretea o trepa en situaciones en las que no resulta apropiado. (Nota: En adolescentes o adultos, puede limitarse a estar inquieto.) d. Con frecuencia es incapaz de jugar o de ocuparse tranquilamente en actividades recreativas. e. Con frecuencia está “ocupado,” actuando como si “lo impulsara un motor”. f. Con frecuencia habla excesivamente. g. Con frecuencia responde inesperadamente o antes de que se haya concluido una pregunta. h. Con frecuencia le es difícil esperar su turno. i. Con frecuencia interrumpe o se inmiscuye con otros.
---	---

Además, el DSM-V distingue entre tres tipos de TDAH: tipo combinado, en el que se cumple tanto el criterio de inatención como el de hiperactividad e impulsividad y es el más frecuente; el tipo hiperactivo-impulsivo, en el que únicamente se cumple el criterio de hiperactividad e impulsividad; y tipo inatento, solo se cumple el criterio de inatención (American Psychiatric Association, 2014)

Afecta en torno a un 5% y un 10% de la población en edad escolar y es más frecuente en el género masculino. Además, puede oscilar desde el 20% hasta el 40% de las consultas médicas por parte del psiquiatra infantil (Fernández et al., 2009). Es importante destacar que en cuanto a los tres tipos de TDAH, el tipo inatento prevalece más en el género femenino y los otros dos en el masculino (Biederman et al., 2002). Tiene una base genética y una elevada heredabilidad, aparece en aproximadamente el 70-80% de los diagnósticos.

En el cerebro, la corteza prefrontal se encarga de las funciones ejecutivas, estas son “el mantenimiento de la actividad cognitiva del sujeto sobre un determinado tipo de estímulo o de tarea a lo largo de un periodo de tiempo (regulación de la atención sostenida)” (Ureña, 2007, p. 7). Como consecuencia, se produce una inadecuada inhibición de la dopamina y la noradrenalina en la corteza prefrontal. También, la serotonina, encargada de controlar los impulsos, se encuentra alterada (Fernández et al., 2009).

A parte de la causa genética, el trastorno se puede deber a factores ambientales como las lesiones cerebrales. Estas se producen como consecuencia de un bajo peso al nacer, de un nacimiento prematuro, o por el consumo de sustancias por parte de la madre durante el embarazo, sobre todo, tabaco y alcohol (Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), 2017).

Además, tiene un efecto negativo en la vida cotidiana del niño/a, en sus relaciones sociales y familiares, y en el centro educativo, afectando negativamente a su autoestima. Lo que dota de gran importancia a este trastorno porque se produce durante el desarrollo de la personalidad y la identidad del niño/a (Llanos et al., 2019).

Entre las dificultades en el colegio podemos destacar que debido a la hiperactividad no son capaces de mantenerse concentrados durante las explicaciones del profesor/a, por lo que dificulta la realización de las tareas (Fernández et al., 2011).

En resumen, los síntomas del trastorno afectan al niño/a de tal manera que puede llevar a una mala adaptación social, psicológica y académica.

Para su diagnóstico, es necesario que un profesional especializado realice una evaluación que contenga las comorbilidades y el diagnóstico diferencial. Se lleva a cabo una valoración psicopedagógica (el orientador junto con el niño/a y la familia), una educativa (el profesorado) y una médica (el historial médico previo del paciente). Esto nos determinará qué nivel físico, emocional y de aprendizaje presenta el alumno/a, y así, descartar que su comportamiento no es debido a un bajo rendimiento escolar o bien a otras causas (Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), 2017).

Este diagnóstico es conveniente realizarlo alrededor de los seis o siete años (Fernández et al., 2011), ya que hasta esa edad las fases del desarrollo varían dependiendo del ambiente en el que se dan (Fernández et al., 2009).

En la realización del diagnóstico se tiene en cuenta tanto al niño/a como a la familia y al profesorado. Al alumnado se le administra una serie de pruebas, como test de inteligencia, entrevista, observación, etc. (Fernández et al., 2009). Además, se emplean escalas y cuestionarios para evaluar la conducta y detectar el TDAH y sus síntomas, destaca la ADHD Rating Scale IV (ADHD RS IV), pero también podemos encontrar la SNAP-IV, Vanderbilt ADHD Parent Rating Scale, ADHD Symptom Checklist-4 y German ADHD Rating Scale (Ramos y Pérez-Salas, 2016).

Las familias y el profesorado son los que llevan a cabo la observación comportamental en casa y en el aula, respectivamente (Fernández et al., 2009).

Es crucial que estos niños y niñas reciban atención temprana con el objetivo de reducir las consecuencias futuras, durante la adolescencia y adultez (Llanos et al., 2019).

El tratamiento más eficaz es el multidisciplinar (psicológico, farmacológico y psicopedagógico). En el primero, se encuentran involucrados el niño/a, la familia y el profesorado. Se les proporciona información acerca del trastorno y una serie de estrategias para incrementar el autocontrol por parte del niño/a, enriquecer la relación entre las familias y el hijo/a, y saber cómo manejar el comportamiento de este (Urueña, 2007). Por ejemplo, una intervención cognitivo-conductual en la que se lleva a cabo tareas de resolución de problemas para lograr que el alumnado tenga autocontrol; tareas de autoinstrucciones y modelado, para que sea capaz de pensar por sí mismo y corregir sus errores; y uso de contingencias (Orjales y Polaino-Lorente, 2002).

En cuanto al tratamiento farmacológico, se emplean dosis ajustadas de fármacos de metilfenidato, disminuyen los síntomas básicos del TDAH interviniendo directamente sobre los neurotransmisores de dopamina (Fernández et al., 2011). Algunos ejemplos de estos medicamentos son Concerta, Rubifén y Medicebrán (Soutullo y Álvarez, 2014).

Y por su parte, el tratamiento psicopedagógico consiste en aumentar las habilidades académicas del niño/a, además de mejorar su conducta y motivación ante los estudios (Urueña, 2007).

Asimismo, en algunos casos se recomienda evitar el consumo de ciertos conservantes y colorantes artificiales que se encuentran en algunas bebidas y comidas (por ejemplo, bebidas carbonatadas y comida rápida), facilitando al niño/a el autocontrol de su conducta (Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), 2017).

Por otro lado, en el aula, el niño/a muestra más cantidad de comportamientos inadecuados que el resto del alumnado, prefiere jugar en solitario y se relaciona negativamente con sus iguales, agrediendoles y provocándoles. Por lo que es esencial tratar de minimizar los prejuicios de los iguales sobre los alumnos con este trastorno (Latorre-Coscolluela et al., 2018).

Para ello, es importante la inclusión educativa que según Ainscow (2004) citado en Latorre-Coscolluela et al. (2018, p. 140) es: “un proceso de búsqueda de mejoras que posibiliten una adecuada respuesta a la diversidad, para aprender, así, a convivir con las diferencias y a partir de ellas”.

Para un profesor/a supone un reto preparar sus clases cuando alguno de sus alumnos/as presenta TDAH. Además, estos niños/as tienen más posibilidades de sufrir aislamiento social. Por todo esto, es necesario que en los centros educativos se adopten medidas para aumentar la inclusión y con ello, mejorar el bienestar del alumnado (Latorre-Coscolluela et al., 2018).

Por lo tanto, se debe llevar a cabo un programa de intervención aplicado tanto en el aula como en casa que ayude al niño/a a mejorar su rendimiento académico, a incrementar su autoestima, a enriquecer sus relaciones sociales y a disminuir sus futuras repercusiones.

Objetivos

El objetivo principal de este programa es proporcionar directamente al alumnado las herramientas y estrategias necesarias para mejorar su comportamiento y su rendimiento académico.

Para el logro de este objetivo es necesario delimitar unos sub-objetivos que son: mayor autocontrol de la conducta; control de las emociones; mejorar la atención; mejorar la lectura y la escritura; mejorar la calidad de sus relaciones sociales y evitar el aislamiento social.

Localización y destinatarios

Este programa va dirigido a alumnos y alumnas de Educación Primaria que presenten Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). Se ha diseñado para ser aplicado a personas de ambos sexos. Se va a llevar a cabo en el Colegio Internacional Ánfora en Cuarte de Huerva (Zaragoza); y en el Colegio Sagrada Familia y Colegio Liceo Europa, en Zaragoza.

Como resultado se espera que, además, del propio alumnado, se beneficien indirectamente las familias con su mejora a nivel comportamental y académico. En segundo lugar, con este tipo de programa, también, se verán beneficiados en el colegio, sus profesores/as y compañeros/as de clase, ya que son los que sufren en el aula los problemas de conducta que conlleva este trastorno. Debido a la relevancia social del tema, el último beneficiado es la sociedad ya que favorece a los sectores como educación y trabajo, y se da una mejora de la calidad de vida de las personas.

Metodología

Participantes

En este proyecto participarán quince niños y niñas, con edades comprendidas entre seis y once años del Colegio Internacional Ánfora, Colegio Liceo Europa y Colegio Sagrada Familia, diagnosticados de TDAH, en concreto, del tipo combinado. Además, se requerirá que el alumnado no haya sido diagnosticado de ningún otro trastorno del desarrollo u otros tipos de trastornos.

Instrumentos

Para la selección de los participantes, el equipo de orientación mandará una carta informativa a las familias y en ella irá adjuntado el consentimiento de participación para que lo firmen aquellos que quieran participar. Se realizará un cuestionario

sociodemográfico para recabar información básica de los participantes y con ello caracterizar la muestra.

Tanto los familiares y/o tutores legales como el profesorado deberán rellenar la ADHD Rating Scale-IV de DuPaul, Power, Anastopoulos, y Reid (1998) en dos ocasiones, antes de empezar la intervención y al finalizar esta, con el fin de evaluar la eficacia del programa de intervención. Este cuestionario evalúa la frecuencia de los síntomas del déficit de atención, hiperactividad e impulsividad característicos del TDAH mediante 18 ítems (Ramos y Pérez-Salas, 2016).

Además, se utilizarán el BASC de Reynolds y Kamphaus (2004) y el ABAS-II de Harrison y Oakland (2013) para la evaluación de la conducta que serán rellenados por el alumnado. El primero evalúa una serie de dimensiones patológicas (problemas conductuales, trastornos emocionales y problemas de personalidad) y dimensiones adaptativas (habilidades sociales y liderazgo). El segundo evalúa las habilidades funcionales cotidianas (comunicación, uso de recursos comunales, habilidades académicas, vida en casa o en el colegio, salud y seguridad, ocio, autocuidado, autodirección, social, motora, y empleo) que necesita una persona para poder llevar una vida diaria de forma autónoma.

Para evaluar la comprensión lectora, se usará el PROLEC-R de Cuetos et al. (2007), se centra en evaluar la identificación de las letras, el reconocimiento de las palabras, los procesos sintácticos y semánticos. Y para evaluar la escritura, se empleará el PROESC de Cuetos et al. (2002), se encarga de evaluar los posibles problemas de la escritura mediante dictados de sílabas, palabras, pseudopalabras y frases, y escritura de cuento y redacción. Todos estos, también, serán rellenados antes y después de la intervención por los participantes.

Procedimiento

La selección de los participantes se llevará a cabo entre los alumnos con TDAH de tipo combinado de Primaria de los centros con el consentimiento previo del padre, madre y/o tutor legal de estos. En el caso de haber más de quince posibles participantes se seleccionarán de manera aleatoria.

Todos los participantes rellenarán el cuestionario inicial sociodemográfico y todas las familias de los pacientes y el profesorado rellenarán la ADHD Rating Scale-IV (Paul et al., 1998), que posteriormente volverán a responder una vez finalizada la intervención.

El grupo de participantes contestará a la evaluación de la conducta, de la comprensión lectora y de la escritura antes de iniciar las sesiones y en dos veces para

evitar la fatiga de estos. Una vez finalizado el programa, los volverán a responder siguiendo el mismo procedimiento.

Antes de realizar el programa de intervención, se llevará a cabo una entrevista con los padres, madres y/o tutor legal y el tutor/a del centro en la que se aportará la información necesaria para su ejecución. Para mejores resultados, el programa se aplicará individualmente a cada alumno/a.

Sesiones

La intervención se dividirá en catorce sesiones [Tabla 3] de 60 minutos cada una, con una sesión semanal, con una duración total de catorce semanas. Al finalizar cada sesión, se dedicarán unos minutos para repasar lo realizado durante esta y conocer cómo se ha sentido el alumno o la alumna durante ella.

Tabla 3

Cronograma de la intervención

Sesión	Tema	Contenidos
Sesión 1	Toma de contacto	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Comportamiento • Mejoras
Sesión 2	Las emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Emociones básicas • Películas y series
Sesión 3	Comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Historia de la tortuga • Contrato buen comportamiento • ClassDojo
Sesión 4	Relajación I	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción • Sesión relajación
Sesión 5	Lectura I	<ul style="list-style-type: none"> • Cuento • Lectura fragmentada
Sesión 6	Lectura II	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión de instrucciones escritas • Memory de palabras

Sesión	Tema	Contenidos
Sesión 7	Lectura III	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión de instrucciones escritas • Encontrar las diferencias
Sesión 8	Lectura IV	<ul style="list-style-type: none"> • Encontrar las palabras • Puzle de palabras
Sesión 9	Escritura I	<ul style="list-style-type: none"> • Dictado • Simetrías • Seguir itinerarios • Laberintos
Sesión 10	Escritura II	<ul style="list-style-type: none"> • Caligrafía • Completar dibujo • Laberinto
Sesión 11	Interacciones sociales I	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales • Interpretación sentimientos • Solución de problemas sociales
Sesión 12	Interacciones sociales II	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales • Interpretación sentimientos • Solución de problemas sociales
Sesión 13	Relajación II	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión completa de relajación
Sesión 14	Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Recopilación estrategias • Revisión Contrato y ClassDojo

Sesión nº 1. Toma de contacto

El objetivo de esta sesión consiste en conocer al alumno/a, en que el profesional se presente a este y que le explique cómo se va a desarrollar el programa (sesiones, actividades durante estas, resultados esperados...).

Para iniciar la sesión, pediremos al paciente que haga un dibujo de él mismo y el profesional realizará lo mismo. Una vez hecho, debe ponerle bocadillos al dibujo en los que el alumno/a tiene que contestar a las siguientes preguntas: ¿Cómo te llamas? ¿Cuántos años tienes? ¿Tienes hermanos? ¿Cómo se llaman? Después, el orientador lo hará también. Así, ambos se podrán presentar.

La segunda actividad que se realizará se trata de pedirle al niño/a que haga una lista de las aficiones y gustos que tiene. Esta lista ayudará al psicólogo a orientar las actividades hacia los intereses del paciente.

A continuación, se le entregará una ficha de autoevaluación (Anexo 1) con el objetivo de que sea consciente de sus dificultades, pero también de sus virtudes. Además, de proponer soluciones a esas dificultades.

Para cerrar, durante los últimos minutos de la sesión se le dejará jugar a un juego, por ejemplo, puzles, memory, ahorcado, laberintos...

Sesión nº 2. Las emociones

La finalidad de esta segunda sesión trata de que el niño/a conozca las emociones básicas y sea capaz de reconocerlas cuando las experimente y en los demás.

Primero, el orientador le mostrará mediante unos dibujos las principales emociones varias veces hasta que sepa identificarlas (Anexo 2). Para poner en práctica lo anterior, se le mostrarán fragmentos de películas y series y tendrá que decir qué emoción está experimentando el personaje. Además, se le animará a ver la película *Del Revés* (2015) en la cual los protagonistas son las emociones personificadas de una niña.

Por último, se jugará al memory de las emociones básicas (Anexo 3). Antes de empezar, se muestran todas las cartas y a continuación, se barajan y se colocan boca abajo. El alumno/a debe encontrar las parejas de las emociones.

Sesión nº 3. Comportamiento

En esta tercera sesión, el fin es mejorar en la mayor medida el comportamiento del alumnado tanto en el aula como en casa aportándole una serie de herramientas y con ello conseguir un mayor autocontrol de su conducta.

En primer lugar, se utilizará la ficha de autoevaluación que rellenó en la primera sesión, en concreto, en los apartados “¿qué se me da mal?” y “¿qué sucede después?”. Se pedirá al niño/a que explique en mayor profundidad las situaciones que se dan y así, el orientador se centrará en la frustración y rabia que conllevan los errores que comete. Esto

servirá para introducir la historia de la tortuga (Anexo 4), que enseña al alumno/a tener autocontrol en situaciones de enfado y furia.

La última actividad consistirá en redactar junto al paciente un contrato de buen comportamiento. Se pondrán tres cosas a las que se compromete a realizar todos los días y como recompensa la familia le premiará con un premio a la semana. Por ejemplo, el niño/a se compromete a hacer la cama, no pegar y no gritar y como premio su familia le deja ver la televisión media hora más el fin de semana. El contrato se realizará en función de las observaciones que han aportado las familias y el profesorado en la entrevista previa. La plantilla del contrato se encuentra en el Anexo 5.

Además, en el aula se empezará a usar ClassDojo (<https://www.classdojo.com/es-es/>), cada alumno/a elegirá el monstruo que más le guste y el profesorado irá dando y quitando puntos en función del comportamiento en clase de cada uno y de si realizan o no los deberes. Y se establecerán unas recompensas al llegar a ciertos puntos.

Sesión nº 4. Relajación I

Como objetivo se espera que el niño/a tenga la herramienta de conseguir relajarse en diferentes situaciones de su día a día.

Como introducción, se hilará esta sesión con la anterior explicándole que se le va a enseñar otra manera de tener autocontrol en situaciones que le ponen nervioso/a. También, se le enseñará a diferenciar entre tener un músculo en tensión de tenerlo en relajación, la importancia de la respiración para conseguir la relajación y la influencia que tiene la música durante esta (la música lenta da pie a estar tranquilo).

A continuación, se llevará a cabo una sesión de relajación (Anexo 6). Lo más probable es que el alumno/a no aguante quieto/a durante el periodo que conlleva la relajación. Por lo que se hará una parte de la sesión finalizando antes de que se canse, es decir, se le enseñará a relajar una parte del cuerpo. En las siguientes sesiones, se dedicará parte del tiempo a realizar esta sesión de relajación. Primero se irá enseñando a relajar las partes del cuerpo restantes en diferentes sesiones. Una vez conseguido, en las sesiones posteriores se procurará llevar a cabo una sesión de relajación el mayor tiempo posible, la duración irá aumentando progresivamente, evitando que el paciente se canse. Las sesiones irán acompañadas de música.

Sesión nº 5. Lectura I

El objetivo de esta sesión es mejorar la lectura del paciente y su comprensión lectora. Se llevará a cabo durante cuatro semanas.

Para empezar, se escogerá un cuento adaptado a su edad y nivel, y se le pedirá que lo lea en voz alta. Durante la lectura, se corrigen los fallos y se deja que lea a su ritmo. Una vez finalizado el cuento se le harán un par de preguntas sobre él para saber si ha comprendido lo que ha leído.

La segunda actividad está enfocada en aquellos niños/as que siguen la lectura con el dedo o se saltan líneas durante la lectura. Se les proporcionan unos textos que se encuentran divididos en columnas y conforme avanza el texto se va disminuyendo la distancia entre estas hasta formar un solo párrafo (Anexo 7). Deberá leerlos.

Sesión nº 6. Lectura II

Esta sesión es la continuación de la anterior, por lo tanto, tiene la misma finalidad. La primera actividad consiste en unas fichas que contienen una serie de instrucciones complejas, basadas en la comprensión lectora, que tiene que realizar, pero que no necesitan ni cálculos matemáticos ni conocimiento de las materias escolares. Y se deben dar unas pautas antes de llevar a cabo el ejercicio (Anexo 8).

Para cerrar la sesión, se hará un juego que consiste en un memory de palabras (Anexo 9). Se enseñan todas las palabras antes de empezar y se barajan, se colocan boca abajo y el alumno/a debe encontrar las parejas de palabras.

Sesión nº 7. Lectura III

Continuando las sesiones anteriores con el fin de mejorar la comprensión lectora del individuo, se iniciará la sesión con la tarea de comprensión de instrucciones escritas (Anexo 8).

A continuación, se le proporcionará al alumno/a una hoja con dos textos prácticamente idénticos, cada uno en una mitad de la hoja en posición horizontal. Este deberá encontrar las diferencias que hay entre ambos (Anexo 10).

Sesión nº 8. Lectura IV

En la última sesión de lectura, se le entregará un texto en el cual debe encontrar una serie de palabras con unas características que le piden en el enunciado (Anexo 11). Por último, se realizará un puzle de palabras (Anexo 12).

Sesión nº 9. Escritura I

La finalidad de esta sesión y de la siguiente es mejorar la caligrafía de los participantes mediante actividades de trazados.

Primero, se realizará un dictado en una hoja con renglones para observar cómo escribe el paciente. Después, hará unas fichas con cuadrículas en las que tiene que copiar las figuras en simetría (Anexo 13).

En la siguiente actividad, el alumno/a debe formar una palabra siguiendo las líneas para dar con el resultado del problema (Anexo 14). La última actividad consiste en realizar laberintos (Anexo 15).

Sesión nº 10. Escritura II

En esta segunda sesión de escritura, primero se realizará una ficha de caligrafía (Anexo 16). La siguiente actividad consiste en completar un dibujo en una cuadrícula siguiendo las instrucciones (Anexo 17). Por último, se realizará otro laberinto (Anexo 15).

Además, se le recomendará a los padres y madres realizar caligrafía de dos a cinco veces por semana en casa. El libro recomendado será el utilizado durante esta sesión, *Educación Primaria. Número 1. Cuaderno de Escritura. Mayúsculas* de García (2002).

Sesión nº 11. Interacciones sociales I

El fin de esta sesión y de la siguiente es mejorar la percepción social y con ello, mejorar las interacciones sociales de los participantes y así, evitar el aislamiento.

Se inicia retomando las fichas de las emociones básicas de la sesión 2 (Anexo 2), se recordarán cuáles son estas y el alumno/a deberá de identificarlas. En la segunda actividad, se leerán una serie de situaciones y el paciente deberá identificar qué siente el protagonista. En este caso, no tiene que decir solo la emoción en concreto, sino que deberá de explicar el por qué (Anexo 18).

Para finalizar, se le expondrán unos problemas los cuales debe solucionar, en los niños/as más pequeños se pueden utilizar imágenes para una mejor comprensión de las historias (Anexo 19).

Sesión nº 12. Interacciones sociales II

Como introducción y nexo con la anterior sesión, se propondrá al participante jugar al memory de las emociones de la sesión 2 (Anexo 3). El resto de la sesión será igual a la anterior, se realizará la identificación de sentimientos y la resolución de problemas sociales.

Sesión nº 13. Relajación II

Con motivo de la finalización del programa, la penúltima sesión estará dedicada en su totalidad a llevar a cabo una sesión de relajación entera (Anexo 6). Ante la

posibilidad de fatiga por parte del participante, se podrán realizar pausas si se da el caso. Como en la sesión 4, la relajación irá acompañada de música.

Sesión nº 14. Cierre

La última sesión tiene como finalidad la despedida y la evaluación final del programa. La primera parte de la sesión, se reservará a la recopilación de las estrategias aprendidas durante la intervención. Los participantes deberán enumerarlas con ayuda del orientador/a. Además, este les irá explicando la importancia de cada una de ellas.

A continuación, se revisará el contrato de buen comportamiento, y si es necesario se establecerá uno nuevo con nuevos objetivos, y el ClassDojo. Se preguntará al alumno/a qué le han parecido estos. Por último, se le pedirá que exponga cómo se ha sentido durante el programa.

Recursos

Recursos humanos

El correcto desarrollo del programa requiere del personal del centro educativo, profesorado y orientador/a, para la implementación de la intervención; y de la colaboración de los padres, madres y/o tutores legales durante toda esta.

Recursos materiales

Se precisa de unas instalaciones adecuadas, un aula o despacho en el que poder implementar el programa. Asimismo, se necesitan bolígrafo, lápiz, goma y pinturas para poder realizar las diversas sesiones, además de las fichas y/o libros que se encuentran en los distintos anexos.

Para las sesiones de relajación, se necesita una colchoneta o esterilla, unos altavoces y un dispositivo (móvil u ordenador) con conexión a internet para reproducir la música. También, se emplea el ordenador, un proyector y una pizarra digital para la proyección de escenas de películas y series y para el ClassDojo.

Además para la evaluación, se necesitan el test sociodemográfico inicial, la ADHD Rating Scale-IV (Paul et al., 1998), el BASC (Reynolds y Kamphaus, 2004), el ABAS-II (Harrison y Oakland, 2013), el PROLEC-R (Cuetos et al., 2007) y el PROESC (Cuetos et al., 2002).

Recursos técnicos

Durante la implementación de este programa, se utiliza la página de ClassDojo (<https://www.classdojo.com/es-es/>), un ordenador, un proyector y una pizarra digital.

Evaluación

Se realizará un pre-test y un post-test que permita medir la evolución de los síntomas del trastorno, del comportamiento, de la comprensión lectora y de la escritura. Esto permitirá evaluar la eficacia del programa de intervención y si provoca una mejora significativa.

Antes de iniciar la intervención, las familias de los participantes rellenarán ADHD Rating Scale-IV (Paul et al., 1998) para dar a conocer al orientador/a con qué frecuencia ocurren cada uno de los síntomas del déficit de atención, de la hiperactividad y de la impulsividad en el hogar. Y el profesorado lo realizará para aportar esta información aplicada a la escuela.

Al alumnado participante se le aplicará el BASC (Reynolds y Kamphaus, 2004) y el ABAS-II (Harrison y Oakland, 2013) para saber cómo es su conducta antes del programa; el PROLEC-R (Cuetos et al., 2007) para advertir sus dificultades relacionadas con la lectura; y el PROESC (Cuetos et al., 2002) para conocer los problemas de la escritura.

Una vez finalizado el programa, se repetirá la implementación de estas pruebas tanto a las familias, al profesorado y a los participantes. Así, se podrá evaluar el progreso del niño/a a nivel conductual y la mejora en la lectura y escritura. Además, de evaluar la frecuencia de los síntomas del trastorno.

Resultados esperados

Con la aplicación del programa de manera eficaz, se espera que los participantes hayan obtenido de manera satisfactoria todas las herramientas y estrategias enseñadas y aplicadas durante la intervención para poder mejorar su conducta y su rendimiento académico.

Con la mejora del comportamiento, se estima que el paciente será capaz de tener más autocontrol en situaciones límite y/o estresantes. También, se espera que consiga controlar las emociones, es decir, que reconozca cómo siente en cada momento y qué están sintiendo los de su alrededor. Todo esto, a su vez, se centra en conseguir una mayor calidad en su vida social, y así, se espera evitar el posible aislamiento social.

Dentro del rendimiento académico, el resultado que se quiere obtener consiste en que el alumno/a haya mejorado en sus dificultades de la lectura y, sobre todo, haya aumentado su comprensión lectora. También, se espera una mejora en el trazado a la hora de escribir y, con ello, una mejor caligrafía.

Por último, se espera que a lo largo de todas las sesiones consiga mejorar la atención. Y, a largo plazo, se estima una reducción considerable de las consecuencias que produce este trastorno en la adolescencia, gracias a los medios que se han aportado y que habrán aprendido el alumnado, las familias y el profesorado durante toda la intervención.

Conclusiones

La importancia que poseen las consecuencias del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) actualmente en la vida del individuo y en la vida de las personas de sus círculos cercanos, su influencia en las etapas posteriores del desarrollo de este, y la importancia de tener una inclusión educativa eficiente, conllevan a que sea necesario implementar programas de intervención similares al que se presenta en este trabajo, el programa IEPAT (Intervención en Educación Primaria en Alumnos con TDAH). En los que se incluyan al alumnado de ambos sexos con este trastorno y que sus edades oscilen entre los seis y once años.

También, es importante que se realicen programas de intervención en adolescentes con TDAH que durante la infancia no hayan recibido las herramientas y estrategias necesarias para minimizar los síntomas y las dificultades que acompañan al trastorno. Se podrían implementar a pacientes desde los doce hasta los diecisiete años, con el consentimiento previo de los padres, madres y/o tutores legales.

El programa IEPAT se ha propuesto para reducir lo máximo posible los síntomas y consecuencias del TDAH aplicando una intervención individual teniendo en cuenta el apoyo y participación imprescindible de las familias y el profesorado. Con su aplicación se espera que se logre cumplir el objetivo principal, que consiste en mejorar el comportamiento y el rendimiento académico de los individuos con TDAH de tipo combinado, y así, mejorar su calidad de vida.

Por otra parte, este programa está limitado a causa de la escasa representatividad de la muestra debido a un reducido número de participantes y exclusiva a tres centros educativos de la provincia de Zaragoza. Además, las familias de los alumnos/as tienden a tener un nivel socio-económico medio-alto, ya que dos colegios son concertados (Colegio Sagrada Familia y Colegio Internacional Ánfora) y el otro es privado (Colegio Liceo Europa). Los participantes sufren TDAH de tipo combinado y se encuentran en Educación Primaria, por lo que, no se puede generalizar a todos los niños y niñas, y adolescentes con TDAH.

Por lo tanto, sería adecuado realizar un programa similar al programa IEPAT aplicado en diferentes centros educativos de diferentes ciudades de España. Asimismo, sería conveniente que ese programa estuviera orientado a los tres tipos de TDAH, no solo al tipo combinado, y al alumnado de todas las etapas educativas.

Referencias


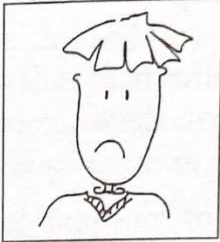
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (5ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Artigas-Pallarés, J., Guitart, M., y Gabau-Vila, E. (2013). Bases genéticas de los trastornos del neurodesarrollo. *Revista de neurología*, 56(1), 23-34.
- Biederman, J., Mick, E., Faraone, S. V., Braaten, E., Doyle, A., Spencer, T., ... y Johnson, M. A. (2002). Influence of gender on attention deficit hyperactivity disorder in children referred to a psychiatric clinic. *American Journal of psychiatry*, 159(1), 36-42.
- Cuetos, F., Rodríguez, B., Ruano, E. y Arribas, D. (2007). *PROLEC-R. Evaluación de los procesos lectores – revisado*. Madrid: TEA Ediciones.
- Cuetos, F., Ramos, J. L., y Ruano, E. (2002). *PROESC. Evaluación de los procesos de escritura*. Madrid: TEA Ediciones.
- DuPaul, G. J., Power, T. J., Anastopoulos, A. D., y Reid, R. (1998). *ADHD Rating Scale—IV: Checklists, norms, and clinical interpretation*. Guilford Press.
- Fernández, E., Vidal, I., Hogueras, L., Manzano, M., Martín, S., Pablos, M.,...López, B. (2009). *Guía para padres y profesionales de la educación y medicina sobre el TDAH*. Castilla y León: fundaicyl.
- Fernández, J. J., Del Caño, M., Palazuelo, M., y Marugán, M. (2011). TDAH. Programa de intervención educativa. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 621-628.
- García, B. (2002). *Educación Primaria. Número 1. Cuaderno de Escritura. Mayúsculas*. Puerto Real, Cádiz: Cuatroesmes Ediciones.
- Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). (2017). *Guía de Práctica Clínica sobre las Intervenciones Terapéuticas en el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)*. Aragón, España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad e Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud (IACS).
- Harrison, P. L. y Oakland, T. (2013). *ABAS-II. Sistema de Evaluación de la Conducta Adaptativa (versión adaptada)*. Madrid: TEA Ediciones.
- Latorre-Cosculluela, C., Liesa-Orús, M., y Vázquez-Toledo, S. (2018). Escuelas inclusivas: aprendizaje cooperativo y TAC con alumnado con TDAH. *Magis*,

- Revista Internacional de Investigación en Educación*, 10(21), 137-152. doi: 10.11144/Javeriana.m10-21.eatt.
- Llanos, L. J., García, D.J, González, H. J., y Puentes, P. (2019). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en niños escolarizados de 6 a 17 años. *Pediatría Atención Primaria*, 21(83), p. e101-e108.
- Orjales, I., y Polaino-Lorente, A. (2002). *Programas de intervención cognitivo-conductual para niños con déficit de atención con hiperactividad*. Madrid: CEPE.
- Orjales, I. (1998). *Déficit de atención con hiperactividad: Manual para padres y educadores*. Madrid: CEPE.
- Ramos, C., y Pérez-Salas, C. (2016). Propiedades psicométricas: ADHD Rating Scale IV en formato autoreporte. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 54(1), 9-18.
- Reynolds, C. R., y Kamphaus, R. W., (2004). *BASC. Sistema de evaluación de la conducta de niños y adolescentes (versión adaptada)*. Madrid: TEA.
- Ureña, E. (2007). *Guía Práctica Con Recomendaciones de Actuación para los Centros Educativos en los Casos de Alumnos con TDAH*. Islas Baleares: STILL. Asociación Balear de Padres de niños con TDAH.
- Soutullo, C., y Álvarez, M. J. (2014). Tratamiento farmacológico del TDAH basado en la evidencia. *Pediatría Integral*, XVIII(9), 634-642.

Anexos

Anexo 1

CUADRO 2. Hoja de registro para la primera sesión de autoevaluación

 <p>Cosas que me salen bien</p> <hr/>	 <p>Cosas que me salen mal</p> <hr/>	<p>¿Qué sucede después?</p> <hr/>
<p>¿En qué situaciones suele ocurrirme?</p> <hr/>	<p>Formas de solucionarlo</p> <hr/>	<p>¿Qué necesito para conseguirlo?</p> <hr/>

Anexo 2

IRA



TRISTEZA



ALEGRÍA



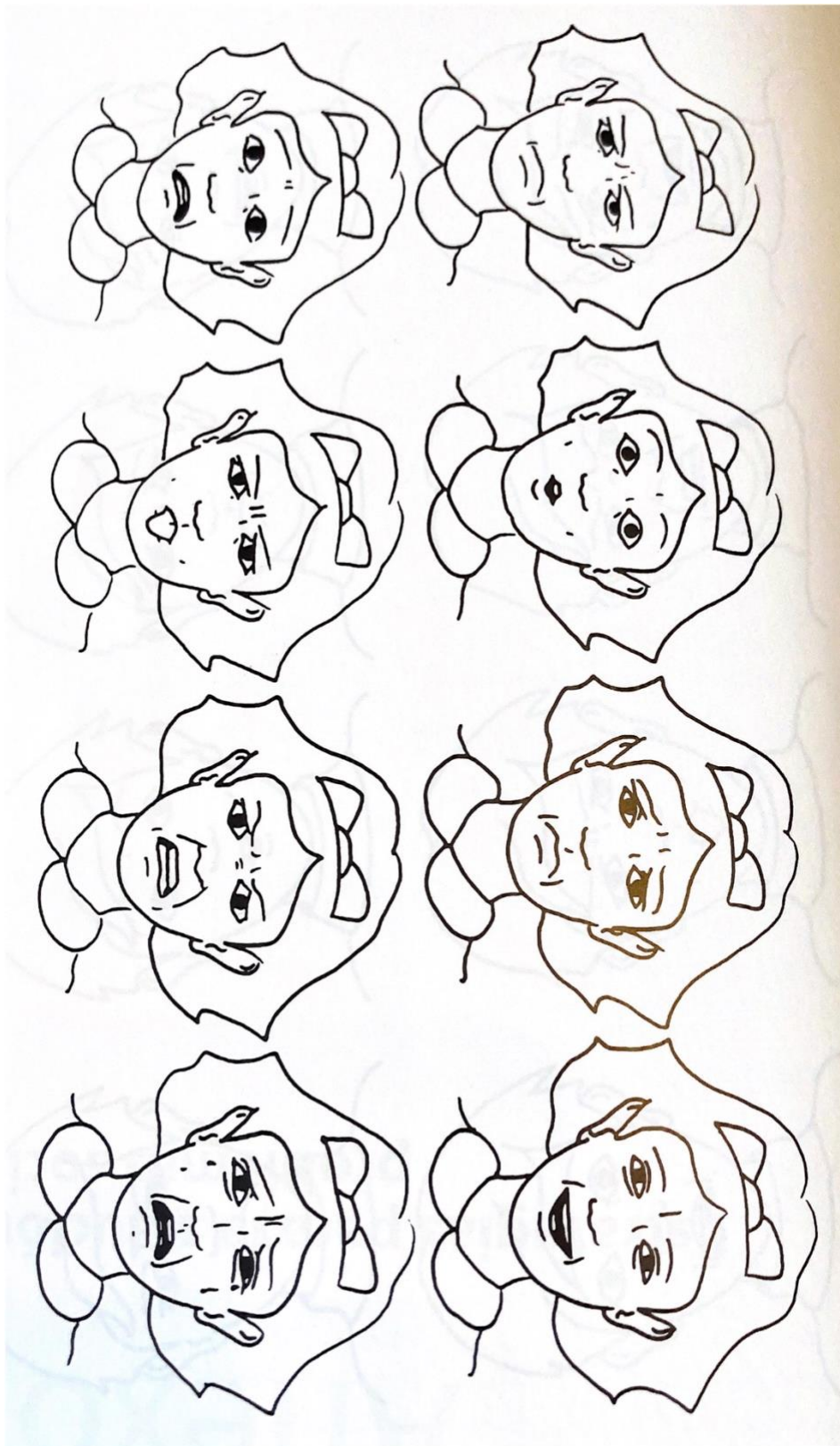
MIEDO



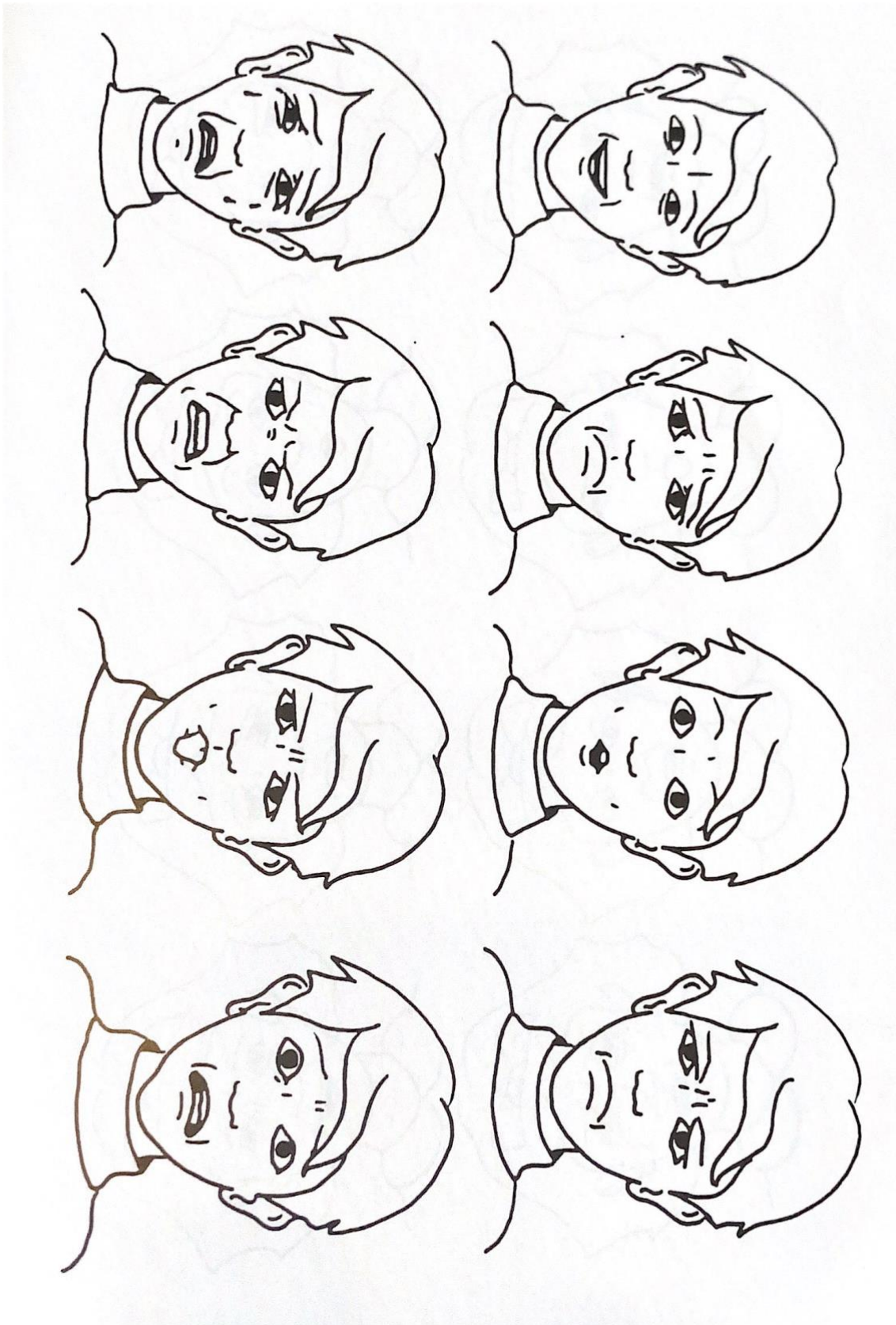
ASCO



Anexo 3



(Orjales, 1998, p. 411)



(Orjales, 1998, p. 412)

Anexo 4

CUADRO 8. Cuento utilizado para la presentación de la técnica de la tortuga

Historia de una tortuga

En una época muy remota vivía una tortuga joven y elegante. Tenía..... años de edad y justo entonces acababa de empezar..... curso. Se llamaba Tortuguita.

A Tortuguita no le gustaba ir al colegio. Prefería estar en casa con su madre y su hermanito. No quería estudiar ni aprender nada de nada; sólo le gustaba correr y jugar con sus amigos o pasar las horas muertas viendo la televisión. Le parecía horrible tener que hacer cuentas y más cuentas; y aquellos horribles problemas de matemáticas que nunca entendía. Odiaba con toda el alma leer y lo hacía bastante mal y era incapaz de acordarse de apuntar los deberes que le mandaban. Tampoco se acordaba nunca de llevar los libros al colegio.

En clase, jamás escuchaba a la profesora y se pasaba el rato haciendo ruidos que volvían locos a todos. Cuando se aburría, y sucedía muy a menudo, interrumpía la clase chillando o diciendo tonterías que hacían reír a todos. En ocasiones, intentaba trabajar, pero lo hacía rápido para terminar cuanto antes y se volvía loca de rabia cuando, al final, le decían que lo había hecho mal. Cuando esto sucedía arrugaba las hojas o las rompía en mil pedazos. Así transcurrían los días.

Cada mañana, camino del colegio, se decía a sí misma que iba a esforzarse todo lo posible para que no la castigasen en todo el día. Vero, al final, siempre acababa metida en algún lío. Casi siempre se enfurecía con alguien y se peleaba constantemente, aunque sólo fuera porque creía que el que le había empujado en la cola, lo había hecho a propósito. Se encontraba siempre metida en dificultades y empezó a estar harta del colegio. Además, una idea empezó a rondarle por la cabeza: «soy una tortuga muy mala», se decía. Estuvo pensando esto mucho tiempo sintiéndose mal, muy mal.

Un día, cuando se sentía más triste y desanimada que nunca, se encontró con la tortuga más grande y más vieja de la ciudad. Era una tortuga sabia, tenía por lo menos 100 años y su tamaño era enorme. La tortuga sabia se acercó a Tortuguita y le preguntó qué le ocurría. Tortuguita tardó en responder impresionada por semejante tamaño. Pero la vieja tortuga era tan bondadosa como grande y estaba deseosa de ayudarla. «¡Hola!», dijo con voz inmensa y rugiente, «voy a contarte un secreto. ¿No comprendes que llevas sobre ti la solución para los problemas que te agobian?»

Tortuguita no sabía de qué le estaba hablando. «¡Tu caparazón, tu caparazón!», exclamó la tortuga sabia, «¡para eso tienes una coraza! Puedes esconderte en su interior siempre que te des cuenta de que lo que estás haciendo o diciendo te da rabia. Entonces, cuando te encuentres dentro de tu concha dispondrás de un momento de tranquilidad para estudiar tu problema y buscar la mejor solución. Así que, ya lo sabes, la próxima vez que te irrites, métete inmediatamente en tu caparazón».

A Tortuguita le gustó la idea y estaba impaciente por probar su nuevo secreto en el colegio. Llegó el día siguiente y, de nuevo, Tortuguita cometió un nuevo error que estropeó su hoja de papel blanca y reluciente. Empezó a experimentar otra vez sentimientos de furia y rabia, y cuando estaba a punto de perder la paciencia y arrugar la hoja, se acordó de lo que le había dicho la vieja tortuga. Rápida como el rayo, encogió sus brazos, piernas y cabeza, apretándolas contra su cuerpo, deslizándose hacia el interior de su caparazón. Permaneció así hasta que tuvo tiempo de pensar que era lo mejor que podía hacer para resolver su problema con la hoja. Fue estupendo para ella encontrarse allí tan tranquila y confortable dentro de su concha donde nadie podía molestarla.

Cuando por fin salió de su concha, se quedó sorprendida al ver que su maestra le miraba sonriente. Tortuguita explicó que se había puesto furiosa porque había cometido un error. La maestra le dijo que estaba orgullosa de ella porque había sabido controlarse. Luego, entre las dos, resolvieron el fallo de la hoja. Parecía increíble que con una goma y borrando con cuidado, la hoja pudiera volver a quedar limpia.

Tortuguita continuó aplicando su secreto mágico cada vez que tenía problemas, incluso en el recreo. Pronto, todos los niños que habían dejado de jugar con ella por su mal carácter descubrieron que ya no se enfurruñaba cuando perdía en un juego ni pegaba a todo el mundo por cualquier motivo. Al final de curso, Tortuguita aprobó todo y jamás le faltaron amigos.

FIN

Adaptación realizada por I. Orjales (1991) de la historia utilizada por M. Schneider (1974).

(Orjales y Polaino-Lorente, 2002, p. 167)

Anexo 5**CONTRATO BUEN COMPORTAMIENTO**

Yo, _____, me comprometo
todos los días a:

- _____
- _____
- _____

_____ y _____ nos
comprometemos a recompensarle con

En _____, a ____ de _____ de 20__

Firma:

Firma de los padres:

Firma del profesor/a:

Firma del orientador/a:

Anexo 6

1. Estás sentado tranquilamente. Estás con los ojos vendados, no ves nada y no te preocupa no ver nada. Estás tranquilo y a gusto.
2. Te voy a ir diciendo algunas cosas que tienes que hacer. Cada vez que contraigas alguna parte del cuerpo que yo te diga, concéntrate en sentir la diferencia entre esta situación y la anterior. Es muy importante.
3. Aprieta tu puño izquierdo, nota la tensión en la mano y el antebrazo, relájate.
4. Aprieta tu puño derecho, nota la tensión en la mano y el antebrazo, relájate.
5. Dobla el brazo izquierdo hacia arriba, levantando la muñeca y estirando los dedos levantados hacia el techo.
6. Lo mismo con el brazo derecho.
7. Tócate los hombros con los dedos, levanta los brazos, nota la tensión de los brazos. Relájate.
8. Arruga la frente todo lo fuerte que puedas. Relájate.
9. Aprieta los ojos con fuerza. Nota la tensión en toda la cara.
10. Aprieta los labios con fuerza. Nota la tensión en el cuello y la barbilla. Relájate.
11. Coloca la cabeza hacia atrás. Presiona con fuerza y relájate.
12. Arquea la espalda. Relájate.
13. Toma mucho aire. Rétenlo dentro y nota la presión en el pecho y en la espalda. Déjalo ir suavemente.
14. Tensa el estómago, con fuerza. Relájate.
15. Tensa los glúteos, haciendo presión sobre la silla. Nota la tensión. Relájate.
16. Estira las piernas y contráelas con fuerza. Relájate.
17. Levanta hacia arriba los dedos de los pies. Nota cómo la tensión sube por la pierna. Relájate ahora.

(Orjales, 1998, p. 341)

Anexo 7

La tienda de juguetes

Era de hermosa Todo llena que o que Al noche, metían en y luces.	la juguetes de la el día de iba a iba llegar las los sus apagaban	tienda más ciudad. estaba gente comprar a mirar. la empleadas juguetes cajas las
Los porque cansados. dado el golpeado y la lloraba hecho	juguetes estaban El tren muchas payaso los muñeca lo todo	dormían muy había vueltas, había platillos, que había el día.

De noche los juguetes dormían
y en el almacén reinaba
un gran silencio.
Por la calle apenas pasaban
coches y en lo alto,
la luna miraba la ciudad.

**Adaptado de
«Gran Mundo Infantil»
Editorial Marín, S. A.**

(Orjales, 1998, p. 351)

La historia de los cerditos

Un día	una cerda	salió
con sus	cerditos	al campo.
Hacia	mucho	calor
y la	cerda	se tumbó
a la	sombra	y se
quedó	dormida.	Los cerditos
echaron	a correr.	Uno
entró	en un	jardin
y se	comió	todas
las moras	verdes	y por eso
le entró	dolor	de tripa.
Otro se	fue al	corral
y un	ganso	le picó
en el	rabo.	Otro
salió	corriendo	hacia
la calle,	vino	un coche
y como	el cerdito	sintió
tanto	miedo,	se tiró
a una	zanja	y se puso
sucisimo.	Unicamente	el cerdito
más	pequeño	se quedó

con la madre. No tuvo dolor de tripa, no le picó ningún ganso en el rabo, y estuvo muy limpio y de color de rosa. Pero se aburrió muchísimo durante todo el día.

Carlitos y su tío

Carlitos
que se
Tío Carlos
y en su
por
Ahora
pero aún
ir de
y si
en la
días
Cuando
metían
en la mochila
levantarla:
preciso
anzuelos
para
si había
chocolate,
la tos...

vive
llama
había sido
juventud
medio
ya no
le gustaba
excursión
podían
montaña
enteros.
salían
tantas
que casi
cuerdas
bajar
para pescar,
construir
que cazar
pastillas
y también

con su tío,
como él.
marino
viajó
mundo.
navegaba,
mucho
con Carlitos
acampaban
durante

de casa
cosas
no podían
por si era
un abismo,
alambres
trampas
lobos;
contra
una sombrilla.

Un día Tío Carlos anunció:

- Acabo de vender la bicicleta.
- ¿Y ahora iremos siempre a pie?
- No. Vamos a comprar una moto.
- Será estupendo. Yo iré sentado en el sillín de atrás y correremos a más de cien por hora.

Adaptado de
«Gran Mundo Infantil»
Editorial Marín, S. A.

El televisor viviente

De pronto
a producir
un rato de
anuncios,
noticias...
algarabía
por un instinto
un dedo
con fuerza
cesó. La
abrir
y mirarme
escaparate.
ocurrió
increíble:
y se
pequeña
Me tapé
veces
que dejaba de
se apagaba,
volvía a

mi oído
sonidos
música.
un rato de
Era tan
que,
de defensa.
a la oreja
Magnífico:
sorpresa
los ojos
en el reflejo
Entonces...
algo
mi frente
convirtió
pantalla de
y destapé
la oreja.
apretarla.
y se encendía
apretarla.

comenzó
extraños:
un rato de
boletín de
grande la
impulsado
me llevé
y me la tapé
el ruido
me hizo
completamente
de un
Entonces
realmente
se iluminó
en una
televisión.
dos o tres
y cada vez
mi frente
cuando

No había la menor duda: me había
convertido en un televisor viviente.
Me estaba contemplando a mi mismo
cuando observé que, al otro lado
del cristal del escaparate, algunas
personas me saludaban.
- Nos ha divertido mucho. ¿sabe usted?

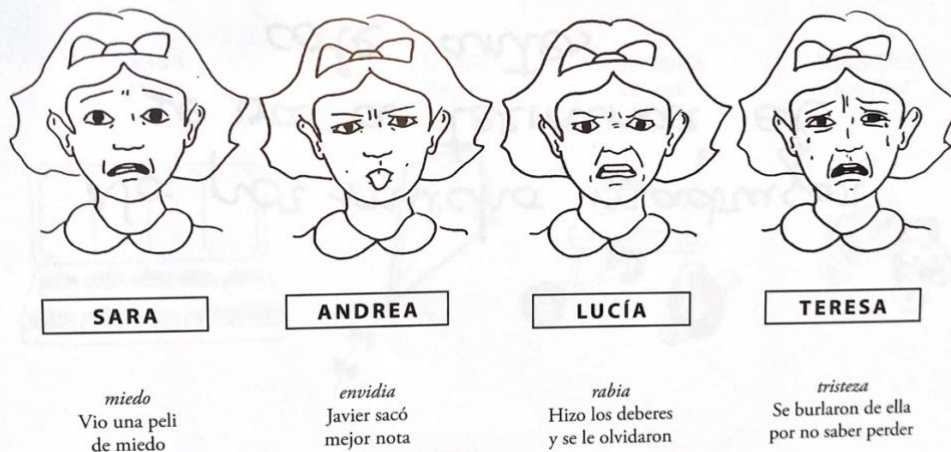
Adaptado de
Profesor Fluss y el televisor viviente
La Galera

Anexo 8

Pautas antes de empezar

1. Lee despacio.
2. Cada vez que encuentres alguna información, PÁRATE, haz una raya vertical con el lápiz para recordar hasta donde has leído y localiza la información en el dibujo.
3. Haz lo que te dice en cada parte según la vas leyendo. No continúes leyendo hasta que hayas hecho lo que te indica primero.
4. Cuando hayas terminado RELEE PARTE POR PARTE y comprueba que lo que has hecho es EXACTAMENTE lo que dice la instrucción.

En la clase de 4.º A los ánimos están alterados. Colorea de rojo el lazo de la niña que siente miedo y de azul el de la niña que siente rabia. Cuando hayas terminado, rodea con un círculo el nombre de la niña que siente envidia y tacha el nombre de la que fue a ver una película de miedo.



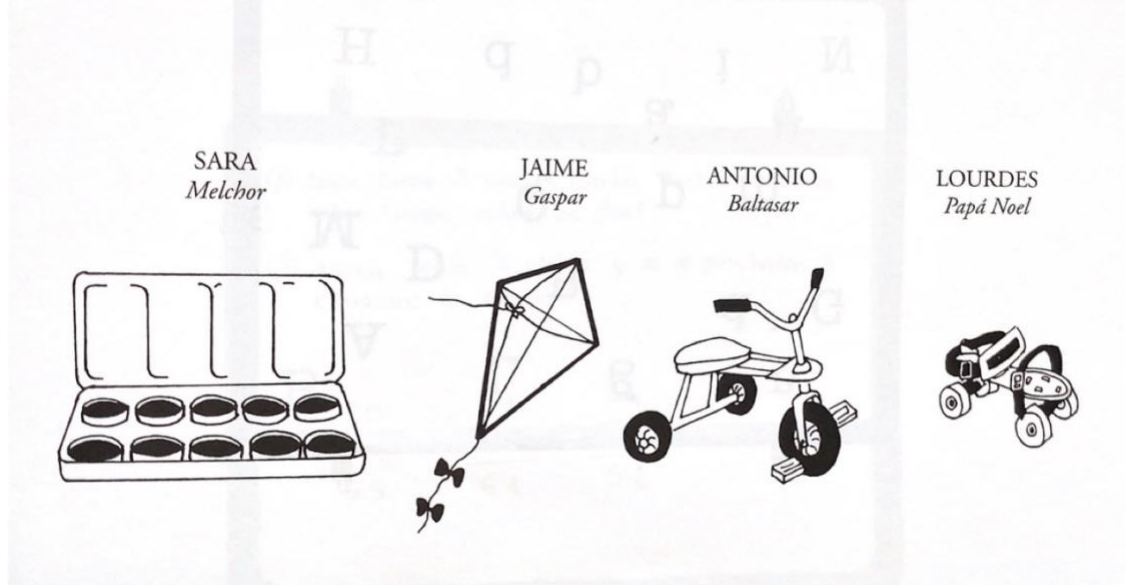
(Orjales, 1998, p. 363)

En el baño del colegio había escrita la siguiente frase. Tacha la palabra que tiene más veces la vocal «a» y rodea con un círculo las palabras que tienen una sola vocal.

No por mucho madrugar
se va a terminar el
cole antes

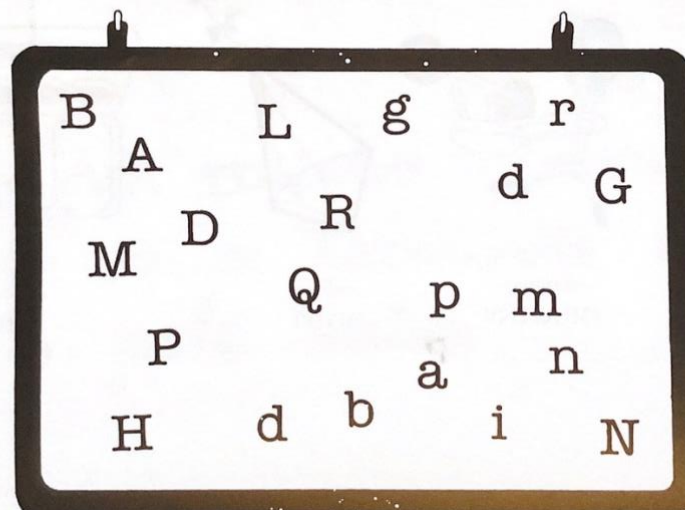
(Orjales, 1998, p. 364)

¡Llegaron los Reyes! Mira los juguetes que dejaron a tus mejores amigos. Rodea con un círculo el nombre de la niña que ha recibido el regalo del Rey Melchor, colorea el regalo que entregó Papá Noel y tacha con una cruz el nombre del rey que trajo el triciclo.



(Orjales, 1998, p. 365)

En esta pizarra hay letras mayúsculas y minúsculas. Tacha todas las letras mayúsculas y rodea con un mismo círculo todas las letras minúsculas



(Orjales, 1998, p. 366)

En esta pizarra hay 2 problemas y 3 cuentas. Rodea con un círculo la primera palabra del segundo problema. Rodea con otro círculo el resultado de la suma y tacha el resultado de la resta que está mal hecha.

① Sara tiene 3 años y Carlos cuatro. ¿Cuántos años tienen entre los dos?

② Nerea tenía 5 globos y se le pincharon 3 ¿Cuántos le quedan?

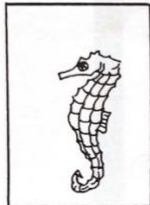
$$\begin{array}{r} 20 \\ + 35 \\ \hline 55 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 81 \\ - 20 \\ \hline 61 \end{array}$$

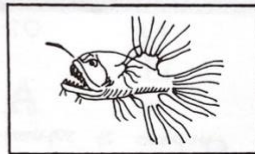
$$\begin{array}{r} 74 \\ - 21 \\ \hline 52 \end{array}$$

(Orjales, 1998, p. 367)

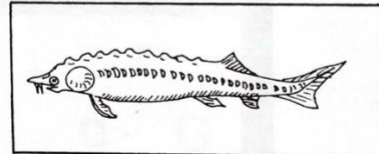
Si crees que los monstruos sólo vivieron en la prehistoria, mira estos peces. El nombre científico de cada pez está escrito entre paréntesis. Rodea con un círculo el nombre científico del pez que está en tercer lugar empezando por la izquierda, colorea de rojo el ojo del pez cuyo nombre científico comienza por la letra «C» y subraya el nombre común del «Hippocampus kuda».



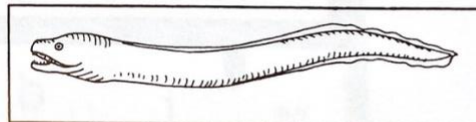
CABALLITO DE MAR
(*Hippocampus kuda*)



RAPE
(*Caulophryne jordani*)







ESTURIÓN
(*Acidenser sturio*)



MORENA BLANCA
(*Echidna nebulosa*)

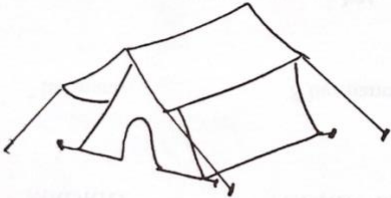
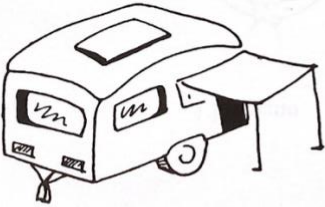

(Orjales, 1998, p. 368)

Dibuja un triángulo debajo de la ciudad donde vive el niño que tiene menos hermanos y rodea con un círculo la primera letra de la ciudad del niño que tiene más hermanos.

MADRID	CÓRDOBA	JAÉN	MÁLAGA
7 hermanos	8 hermanos	1 hermano	5 hermanos
			

(Orjales, 1998, p. 369)

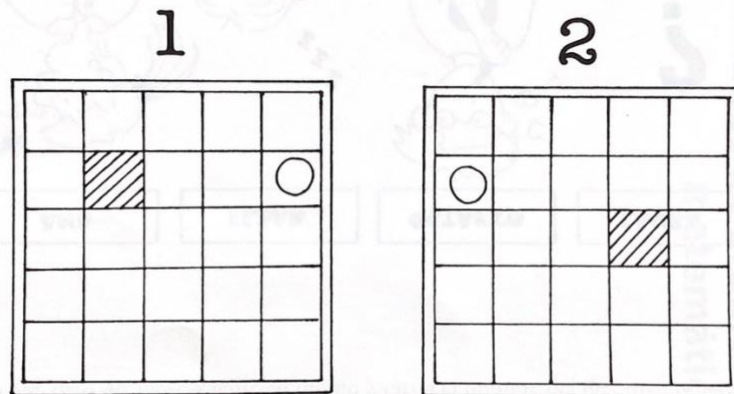
El camping de Guardamar está repleto de turistas. Subraya el país del que procede la familia López, tacha con una cruz el apellido de la familia que va a quedarse menos días en el camping y rodea con un círculo la última letra del apellido de los irlandeses.

7 días	15 días	10 días
		
Familia Smith Irlanda	Familia López Puerto Rico	Familia Rodríguez España

(Orjales, 1998, p. 370)

Aquí debajo hay dos cuadrículas. Lee atentamente las instrucciones y haz exactamente como se te indica:

1. Escribe el número de años que tienes debajo del cuadrado rayado de la cuadrícula número 1.
2. Dibuja una cruz en el tercer cuadro que hay debajo del círculo de la cuadrícula número 2.
3. Colorea del color que quieras los cuadrillos del lado interior de la cuadrícula número 1.



(Orjales, 1998, p. 371)

Rodea con un círculo la primera letra del nombre del alumno que ha tenido más suspensos. Luego, colorea el pelo del alumno que tuvo un sobresaliente en dibujo y tacha el nombre del que tuvo un aprobado en lengua.



(Orjales, 1998, p. 372)

Anexo 9

Coche	Coche	Silla	Silla
Perro	Perro	Algodón	Algodón
Vaso	Vaso	Campo	Campo
Sol	Sol	Fresa	Fresa
Dinosaurio	Dinosaurio	Ordenador	Ordenador
Bicicleta	Bicicleta	Boca	Boca
Goma	Goma	Río	Río
Tiza	Tiza	Barco	Barco
Armario	Armario	Trucha	Trucha
Suelo	Suelo	Ballena	Ballena
Carretera	Carretera	Moto	Moto
Cama	Cama	Móvil	Móvil

Anexo 10

FICHA 11. En el texto de la derecha hay 12 errores, encuéntralos y corrígelos fijándote en el texto de la izquierda.

LA ESPINA CLAVADA

Alvaro y Leo

Durante aquellos días en que a Alvaro se le metió un león hasta en la sopa, las travesuras del felino fueron tantas que, a veces, tuvo que reñirle: -iLeo, estate quieto de una vez! ¿Quieres dejarme estudiar tranquilo? -suplicaba Alvaro cuando el león le hacía cosquillas en las orejas con la borla de su cola.

-iEn vez de un león, eres un león!- le decía enfurruñado, haciendo oscilar amenazadoramente su dedo índice ante las mismísimas fauces de la fiera.

LA ESPINA CLAVADA

Alvaro y Leo

Durante aquellos días en que la Alvaro se le metió un león hasta en la copa, las travesuras de felino fueron tantas que, a veces, tuvo que reñirle: -iLeo, estate quietito de una vez! ¿Quieres dejarle estudiar tranquilo -suplicaba Alvaro donde el león le hacía cosquillas en las orejas por la borla de su cola.

-iEn vez de un león, eres un león!-me decía enfurruñado, haciendo oscilar amenazadoramente su dedo índice ante las mismísimas gaudes de la fiera.

"UN LEON HASTA EN LA SOPA". Ediciones S.M.

Anexo 11

FICHA 13. Marca todas las palabras que tengan 3, 4 ó 5 letras, según el ejemplo (con una cruz, una línea vertical u horizontal)..

ejemplo:

✕s

ayes

-cinco-

—Sí, sí, sí —contestaron todos a la vez.
Enterado el oso de esta decisión, empezó los preparativos para la lucha. De su parte se pusieron el lobo, el jabalí, el zorro y otros muchos animales.
Todos eran fuertes y poderosos.

—Tú, zorro —le dijo el oso—, serás el general.

—¡Y ganaremos! —dijo el zorro—. Yo iré siempre al frente. Llevaré la cola levantada. Pero si veis que la llevo caída, entre las patas, huid, porque será la señal de que habremos perdido la batalla. Pero no tengáis miedo. ¡Ganaremos, sí, ganaremos! ¡Adelante!
También entre los animales hay espías. En esta ocasión el espía fue un pajarillo que estaba escondido entre las ramas. Oyó todo el discurso del zorro y voló a contárselo al reyezuelo.

Llegó el día de la lucha. Empezó la batalla. El combate era divertido. Unos volaban por los aires. Otros se movían por la tierra. Todos buscaban cómo atacar.

Después de muchas horas de pelea, el reyezuelo llamó a una abeja y le dijo: —Vuela siempre al lado del zorro. Ponte a su lado y cuando veas la ocasión, le das un fuerte picotazo.

La abeja hizo como el reyezuelo se lo mandó.

Al zorro le dolió mucho la picadura de la abeja.

Echó a correr hacia el río a beber agua. Cuando los otros animales vieron correr al zorro, abandonaron la pelea. Perdieron la batalla.

El oso comprendió que, a pesar de la fuerza, no se debe abusar de los pequeños.

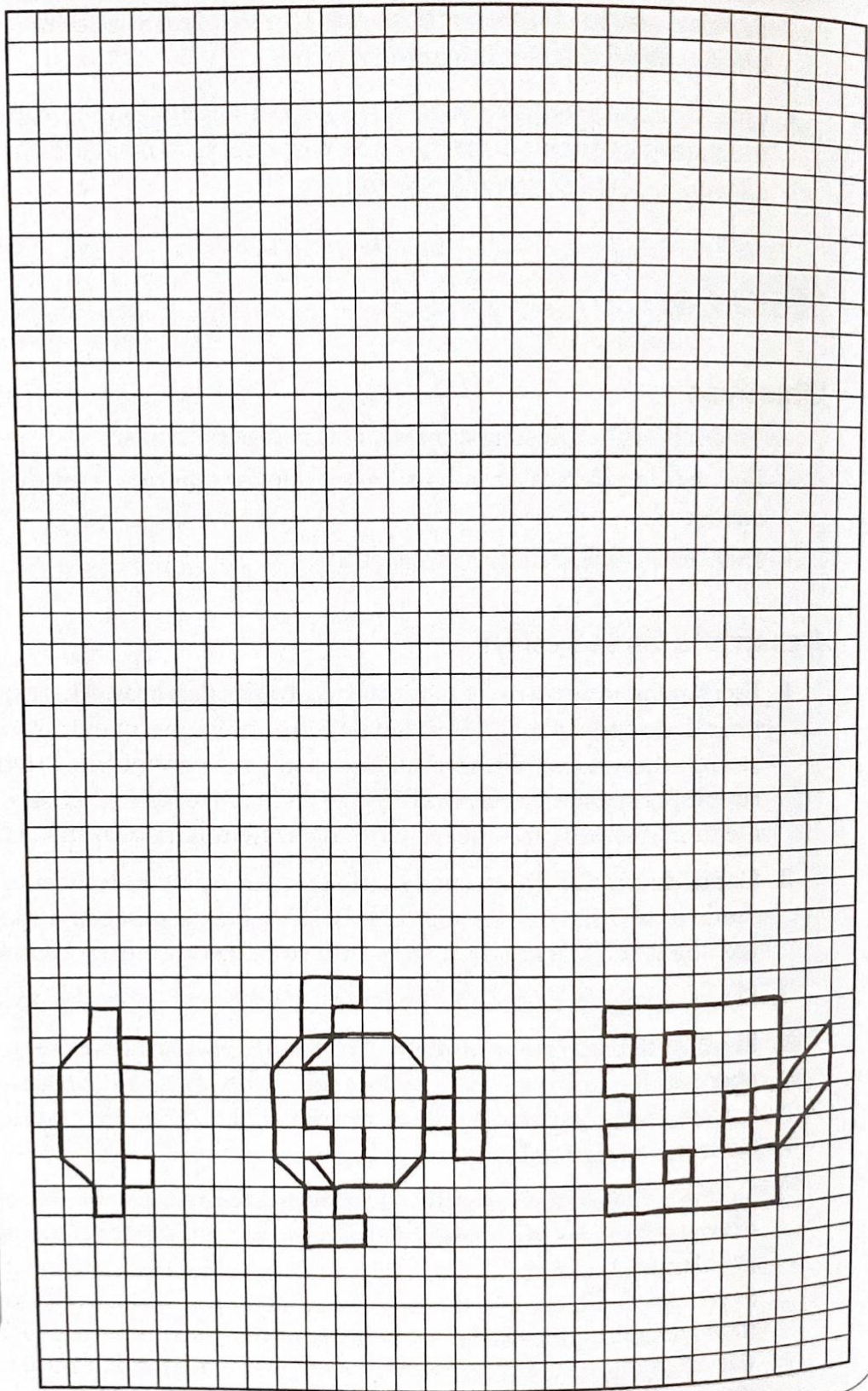
"Los cuentos" S. M. ediciones 1977

Anexo 12

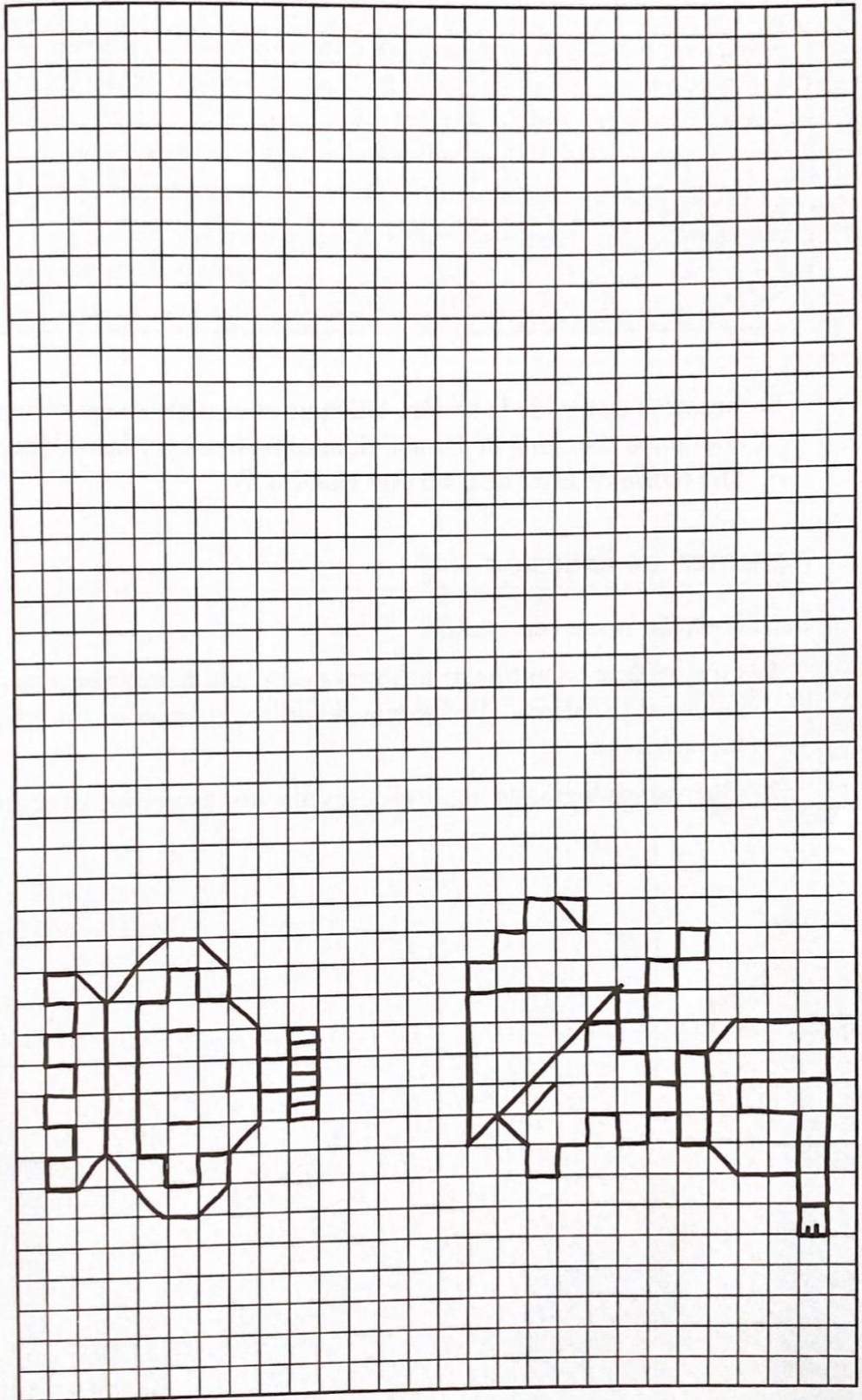


Anexo 13

FICHA 3. Copia las siguientes figuras en el espacio de la derecha.

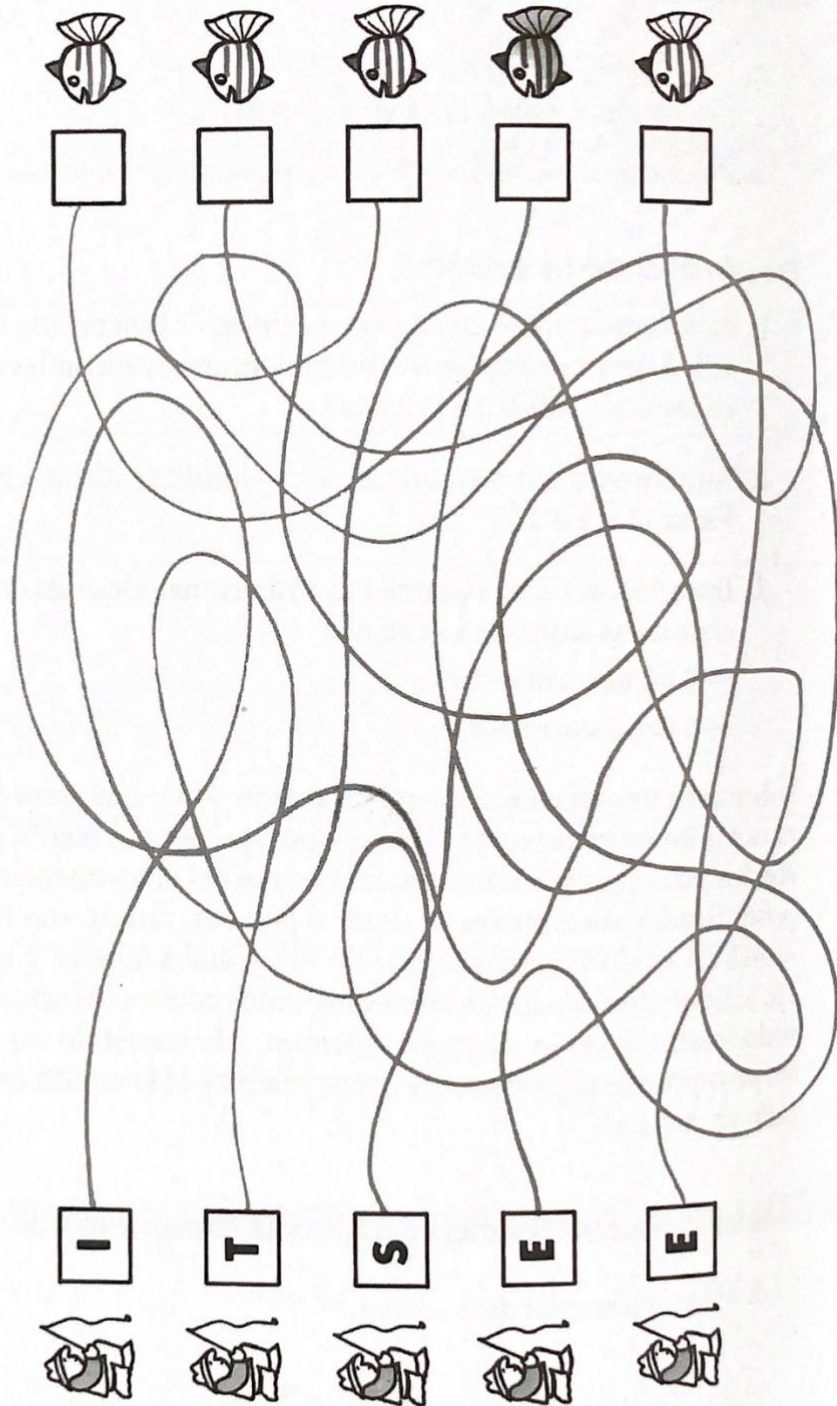


FICHA 4. Copia las siguientes figuras en el espacio de la derecha.

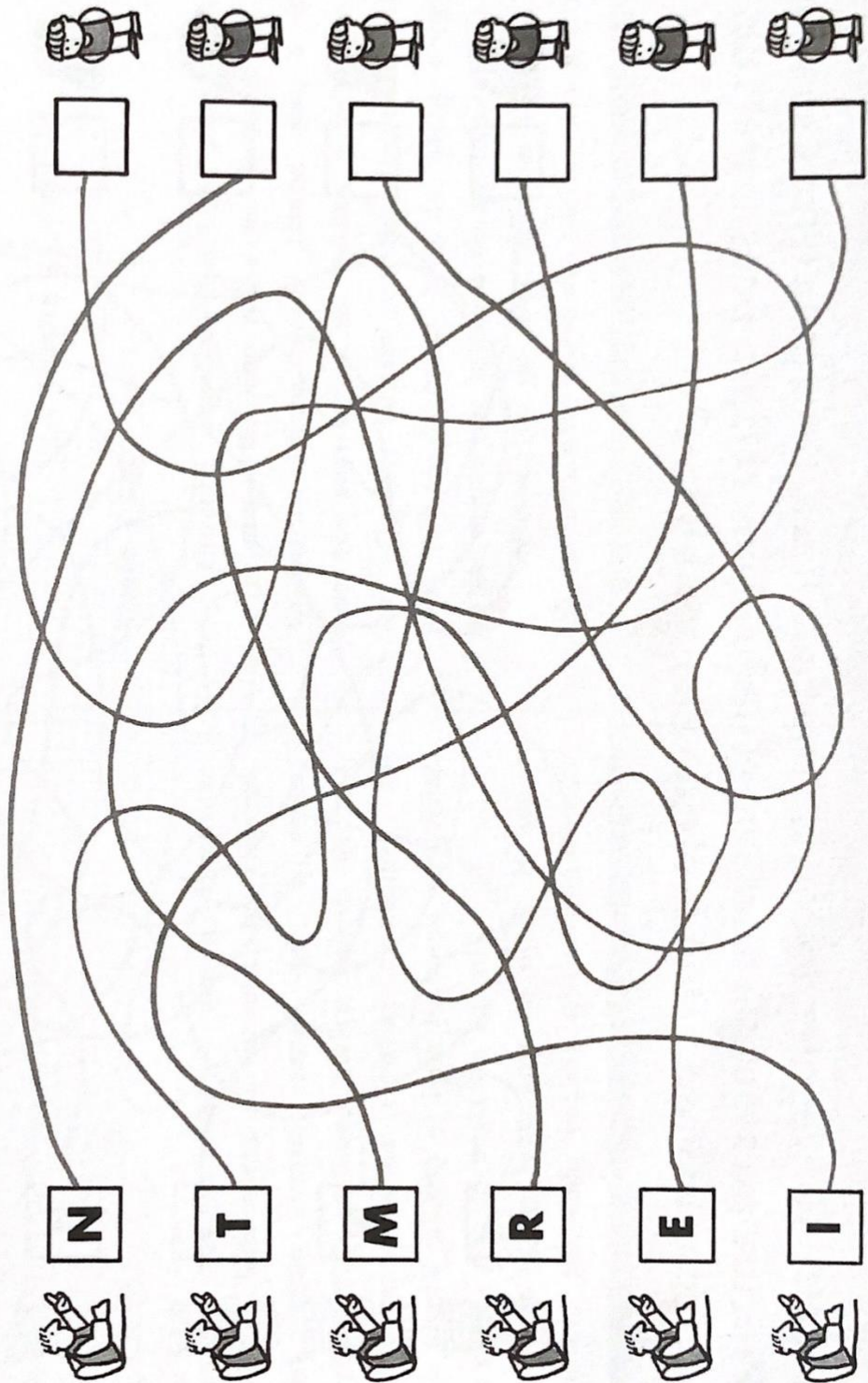


Anexo 14

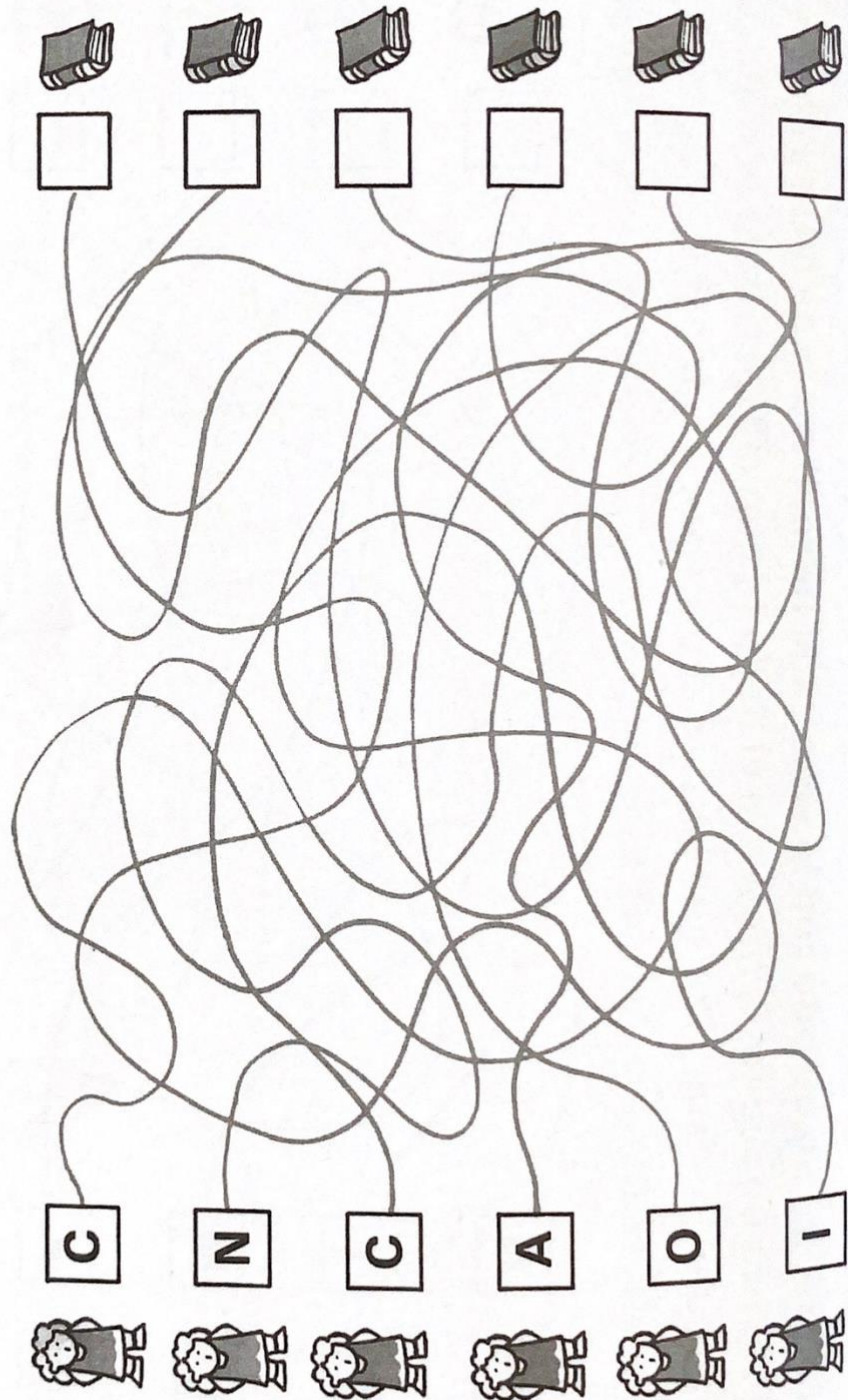
FICHA 8. Siguiendo con la vista cada línea, lleva cada letra a su sitio. Procura no seguir la línea con el dedo ni con el lápiz, pues se trata de ejercitar tu vista. ¿Cuántos peces cogió el pescador?



FICHA 9. Siguiendo con la vista cada línea, lleva cada letra a su sitio. Procura no seguir la línea con el dedo ni con el lápiz, pues se trata de ejercitar tu vista. ¿Por qué castigó el profesor a Carlos?

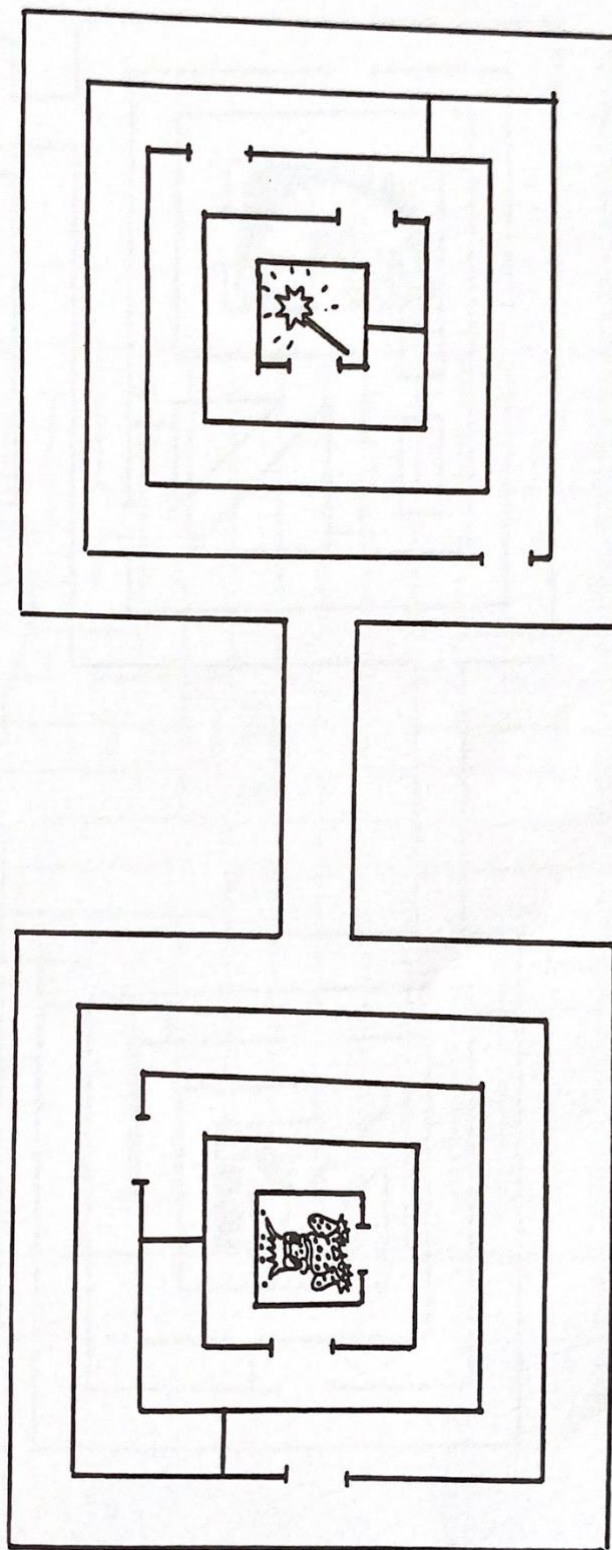


FICHA 10. Siguiendo con la vista cada línea, lleva cada letra a su sitio. Procura no seguir la línea con el dedo ni con el lápiz, pues se trata de ejercitar tu vista. ¿Dónde olvidó Elena sus libros?



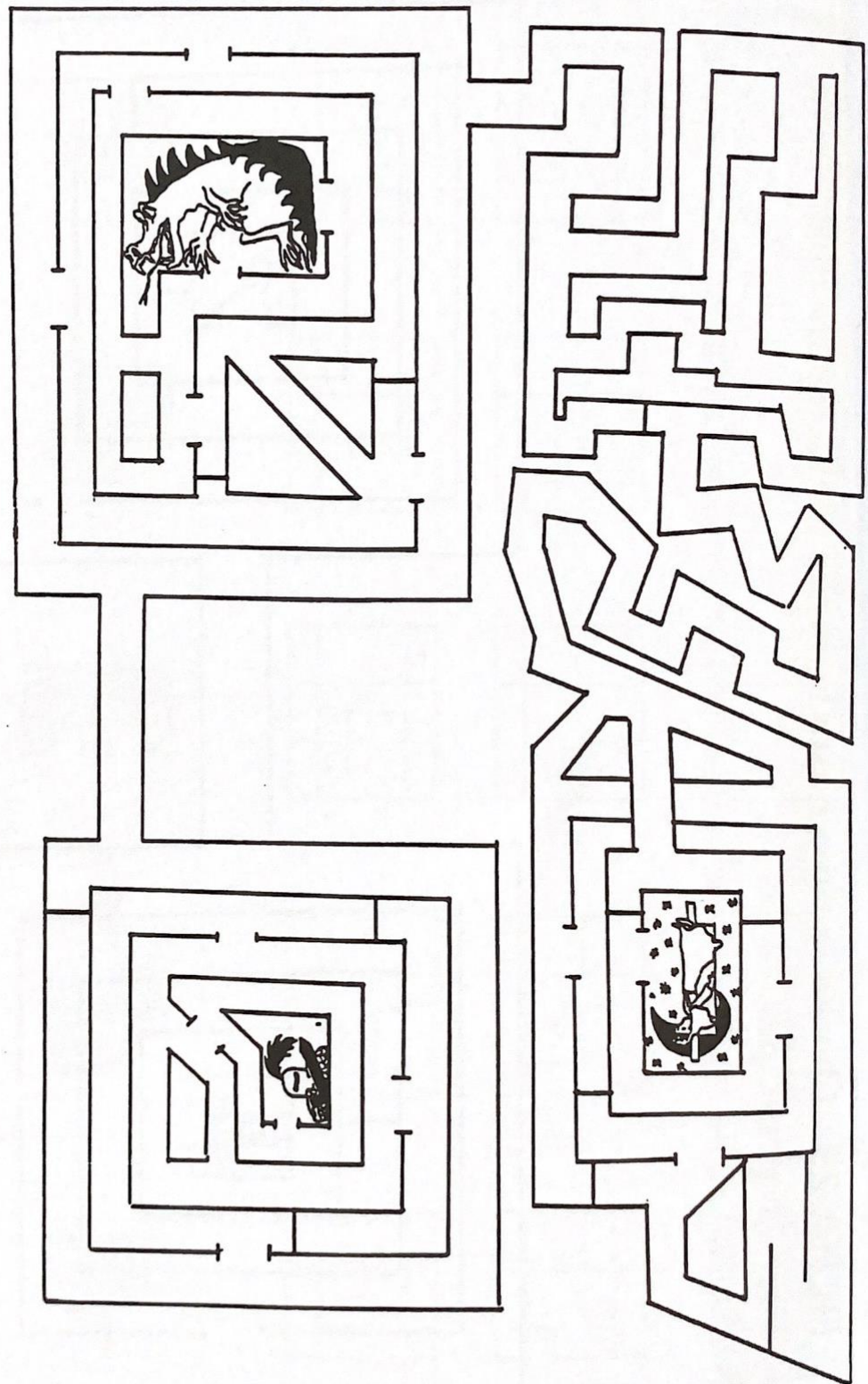
Anexo 15

FICHA 29. Lleva a la rana hasta la varita mágica para que vuelva a ser un príncipe.

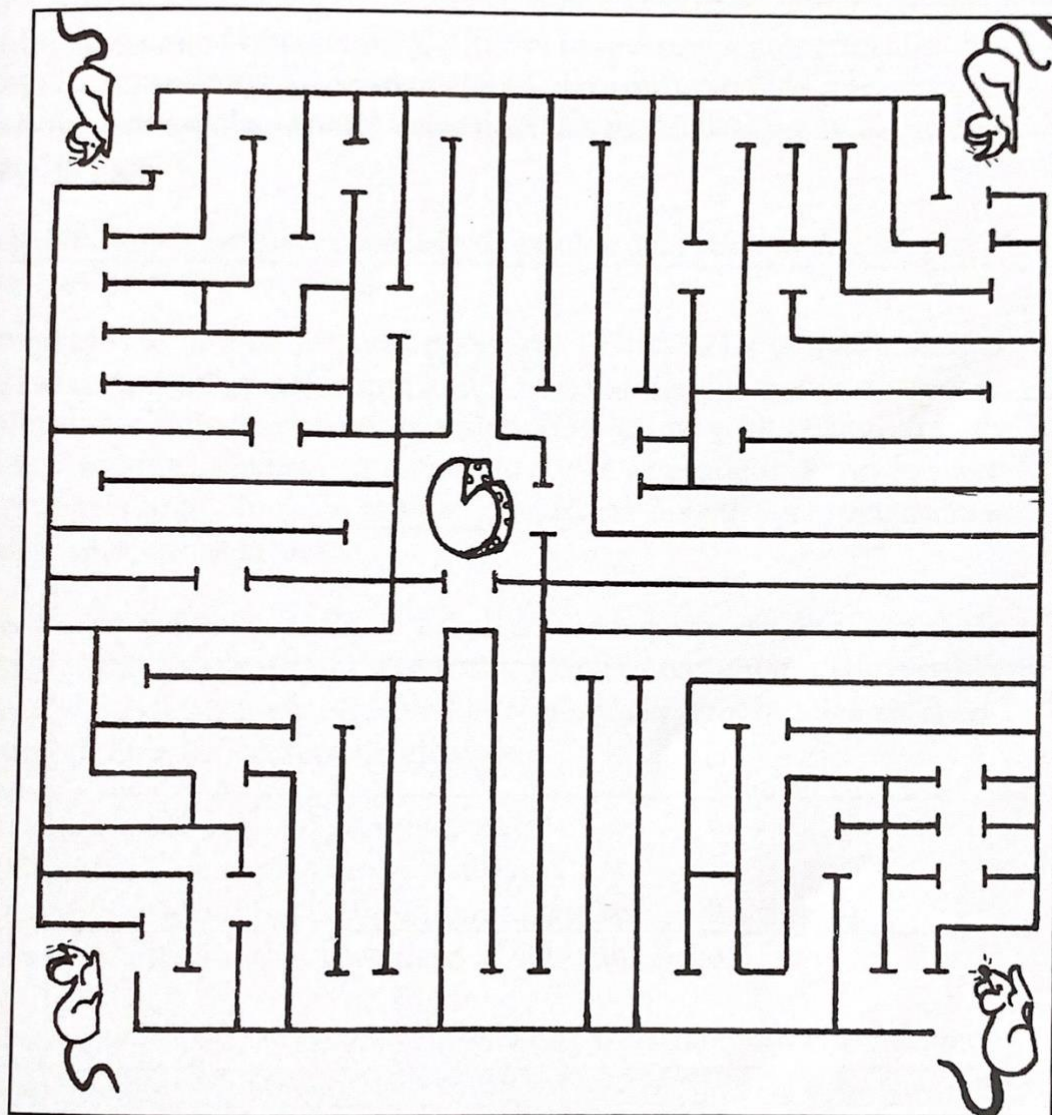


(Orjales y Polaino-Lorente, 2002, p. 133)

FICHA 30. El guerrero quiere salvar a la princesa, pero antes deberá matar al dragón. Señálale el camino.



FICHA 31. Busca el camino para que esas ratas lleguen a la comida.



Anexo 16

Hoy es _____, _____ de _____ de _____

■ Ignacio es un payaso simpático.



■ Jorge juega a baloncesto.



■ Kiko estudia las tablas de multiplicar.

W

Anexo 17

FICHA 23. Con una pintura azul y empezando en el punto indicado, sigue las instrucciones. Completa y colorea el dibujo.

The grid contains a drawing of a house and a tree. The drawing is composed of solid lines and dotted lines. To the right of the grid are three sets of instructions for tracing the dotted lines.

Instructions 1 (Left):

- 5 arriba
- 3 derecha
- 5 abajo
- 2 derecha
- 15 arriba
- seguir puntos
- 4 abajo

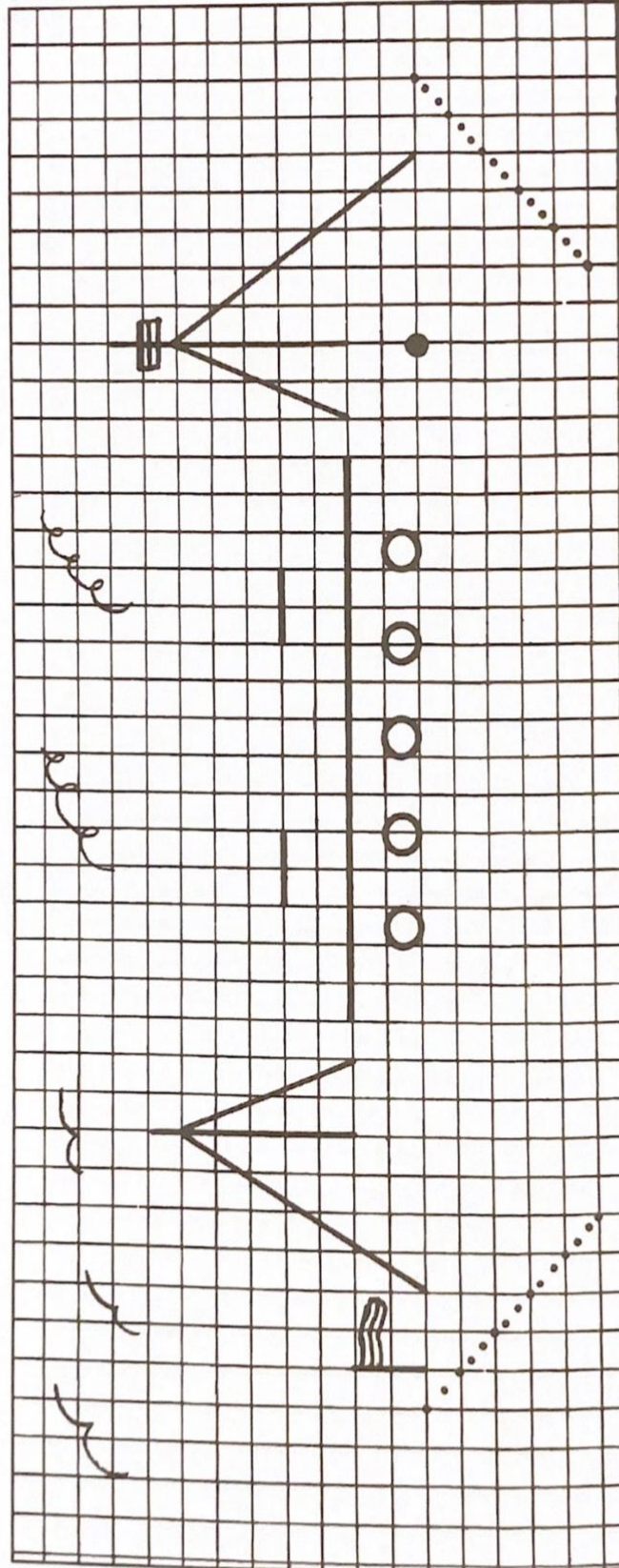
Instructions 2 (Middle):

- seguir puntos
- 6 abajo
- seguir puntos
- 9 arriba
- seguir puntos
- 9 abajo
- seguir puntos

Instructions 3 (Right):

- 8 abajo
- 6 derecha
- 4 arriba
- 3 derecha
- 4 abajo
- 24 derecha

FICHA 24. Con una pintura azul y empezando en el punto indicado, sigue las instrucciones. Completa y colorea el dibujo.



-5 izquierda
-4 arriba
-2 izquierda
-4 abajo
-3 izquierda
-2 abajo
-3 izquierda
-2 abajo

-3 izquierda
-2 arriba
-3 izquierda
-4 arriba
-2 izquierda
-4 abajo

-28 izquierda
-seguir puntos
-25 derecha
-seguir puntos
-7 izquierda
-2 arriba

FICHA 25. Con una pintura azul y empezando en los puntos indicados, sigue las instrucciones.

1	<ul style="list-style-type: none"> -2 abajo -2 derecha -2 arriba -2 izquierda -3 arriba -5 izquierda 	<ul style="list-style-type: none"> -seguir puntos -4 izquierda -seguir puntos -5 izquierda -6 abajo -12 derecha 	2	<ul style="list-style-type: none"> -3 arriba -2 izquierda -seguir puntos -4 izquierda -seguir puntos -3 izquierda 	<ul style="list-style-type: none"> -9 arriba -seguir puntos -2 izquierda -seguir puntos -12 abajo -13 derecha
----------	--	---	----------	---	---

Anexo 18

1. Se terminaron las vacaciones de Navidad. Javier vuelve al colegio deseando enseñar el coche que le han traído los Reyes. Durante la clase lo tiene guardado en una bolsa y espera con impaciencia la hora del recreo. Cuando por fin llega, coge el coche y sale al patio. Allí ve que casi todos los niños de su clase están en corro mirando algo. Cuando Javier se acerca descubre que miran el coche de David que tiene luces, anda hacia atrás y hacia delante, tiene bocina y es teledirigido. Javier mira su coche que no hace nada y es pequeño y se aleja de allí pensando que David es un estúpido. ¿Qué siente Javier?
2. Carlos lleva un rato intentando hacer una resta muy complicada que le ha puesto la maestra. Cuando por fin la termina la profesora dice que la vuelva a repasar porque se ha equivocado. Carlos vuelve a su sitio y rompe la hoja en trocitos y la tira al suelo. ¿Qué siente Carlos?
3. Germán ha estado estudiando Matemáticas toda la semana para estar preparado para el examen que tendrá el viernes. Llega el viernes y hace el examen. Cuando sale comenta con los compañeros que cree que le ha salido bien. ¿Cómo se siente Germán? El lunes acuda rápidamente al tablón donde ponen la lista con las notas y ve que le han suspendido. ¿Cómo se siente Germán?
4. César sale al recreo con Pedro, su mejor amigo desde el curso pasado. Pedro ha traído un bollo enorme de chocolate para la hora del recreo. César le pide un poco pero Pedro no le da porque dice que tiene poco. César descubre después que Pedro le ha dado bollo a otro niño de la clase. ¿Cómo se siente César?
5. Alejandro ha llegado a un colegio nuevo. Cuando sale al jardín ve a unos niños de su clase jugando al fútbol. Alejandro les pregunta si puede jugar y todos le dicen que no. Alejandro se aleja y se sienta en un rincón a mirarlos. ¿Qué siente Alejandro?

6. Francisco acaba de terminar los exámenes y va a recibir las notas esa misma tarde. Francisco sabe que si lleva a casa algún suspenso su padre le castigará duramente. Cuando le entregan las notas descubre que tiene dos suspensos. ¿Qué siente Francisco en ese momento?
7. Hoy es viernes y los viernes la profesora pregunta la lección de sociales. Jaime no se ha estudiado la lección el día anterior porque estuvo viendo la televisión hasta muy tarde. La profesora le pide que salga al encerado a explicarla. ¿Qué siente Jaime en ese momento?
8. Pablo se ha chivado a la profesora de que dos niños mayores le molestaban en el recreo. La profesora de los mayores les ha regañado y les ha dicho que va avisar a sus padres. Pablo sale al jardín y ve que los dos niños se le acercan y le acorralan en una esquina. ¿Qué siente Pablo?
9. Sergio ha estado estudiando mucho para el examen de Lengua cuando reparten los exámenes corregidos ve que él ha sacado sólo un 7, mientras que su compañero de pupitre ha sacado un 9 y presume delante de todos. ¿Qué siente Sergio?
10. Jacobo está dibujando un paisaje en clase de dibujo. Está a punto de terminarlo después de 3 días de trabajo cuando un niño de su clase pasa por al lado de su pupitre y accidentalmente derrama un bote de tempera sobre su dibujo. ¿Qué siente Jacobo en ese momento?
11. Carlos está en clase de dramatización. Al final de curso se va a representar una obra de teatro. A él le encantaría representar el papel principal, el de héroe de la obra. Se realizan las votaciones y él resulta elegido aunque no lo esperaba. ¿Qué siente Carlos?

Anexo 19

1. Ana (Juan) acaba de llegar a un colegio nuevo y tiene muchas ganas de hacerse amiga de un niña que está sentada en la mesa de al lado. ¿Qué puede hacer para conseguirlo?
2. Un día Cristina (Enrique) llevó una muñeca (coche de juguete) al colegio y una niña de su clase se lo quitó. ¿Qué podía hacer para que se lo devolviera?
3. Rosa (Fernando) tiene muchas ganas de jugar con la cocina (tren) que le han regalado en su cumpleaños. Y su hermana (hermano) tiene ganas de ver la televisión. ¿Cómo puede convencerle para que juegue con ella a hacer comiditas?
4. Cuando Ana (Juan) salía un día de clase se dio cuenta que Marta tenía unos caramelos y le pidió uno. Pero Marta le contestó que le quedaban pocos. ¿Cómo podía convencerle para que le diera?
5. Eva (Pablo) se encuentra en el recreo con un niño más pequeño que está llorando porque se ha caído, ¿cómo puede consolarlo?
6. Al salir al recreo Marta (Pedro) se encuentra a cuatro niñas(os) jugando a las adivinanzas (escondite) y le apetece mucho jugar con ellos, ¿qué puede hacer para que le dejen jugar?
7. Cristina (Enrique) ve a unos niñas(os) le han quitado el bocadillo a una amiga(o) suyo, ¿qué puede hacer para que se lo devuelvan?
8. Rosa (Fernando) se encuentra un día con unas niñas de la clase de al lado que se están riendo de María Pilar (Jaime) y está muy triste, ¿qué puede hacer para que no se rían de ella?