



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON ALUMNADO TDAH

Autor

Adrián Arilla Garrabella

Director

Lucía Forcadell Aznar

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

Año 2015-2016

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5-7
2. MARCO TEÓRICO.....	
2.1. Definición TDAH.....	7-9
2.2. ¿Cómo es el alumnado TDAH en el aula?.....	10-15
2.3. Tratamiento del TDAH.....	15-17
2.4. Educación física y el TDAH.....	17-21
3. INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	
3.1. Introducción.....	21-22
3.2. Contexto.....	22
3.3. Descripción del caso.....	22-26
3.4. Estilo de aprendizaje del alumno con TDAH.....	26
3.5. Objetivos del plan de intervención.....	26-27
3.6. Contenidos.....	27
3.7. Objetivos específicos de intervención.....	27-28
3.8. Competencias clave.....	28-30
3.9. Expresión Corporal.....	30-31
3.10. Actividades.....	31
3.11. Sesiones.....	32-49
3.11.1. <i>Sesión 1</i>	32-36
3.11.2. <i>Sesión 2</i>	36-39

UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON ALUMNADO TDAH

3.11.3. <i>Sesión 3</i>	39-42
3.11.4. <i>Sesión 4</i>	42-45
3.11.5. <i>Sesión 5</i>	45-47
3.11.6. <i>Sesión 6</i>	47-49
3.12. Valoración de la secuencia didáctica.....	49
4. EVALUACIÓN.....	50-53
5. CONCLUSIONES.....	53-56
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	56-58

Una propuesta de intervención educativa con alumnado TDAH.

An educational intervention proposal with ADHD students.

- Elaborado por Adrián Arilla Garrabella.
- Dirigido por Lucia Forcadell Aznar.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Junio del año 2016.
- Número de palabras (sin incluir anexos): 15.337.

RESUMEN

El trabajo que presento a continuación trata sobre la respuesta educativa a alumnado que presenta trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

Este trastorno está siendo muy nombrado en la actualidad, debido a los casos que se manifiestan en los colegios, por lo que me ha parecido muy interesante realizar un trabajo sobre él, para informarme de los orígenes, sus orientaciones metodológicas, su tratamiento, sus rasgos y la relación de este trastorno con el área de Educación Física, sobre la que me he especializado, al realizar la mención...

Y lo que pretendo hacer con este trabajo es una propuesta de intervención educativa en el área de Educación Física, en concreto a través de la expresión corporal, poniendo el foco de atención en los aspectos metodológicos a tener en cuenta para dar una respuesta enfocada a las necesidades educativas que presenta este alumnado para tratar este trastorno con dichos niños, mediante la expresión corporal. Por ello, a partir del marco teórico, incluimos en una secuencia de actividades propias de la expresión corporal, objetivos específicos para trabajar con este alumnado aspectos conductuales que dan respuesta a su necesidad específica de apoyo educativo.

A modo de conclusión, quiero conseguir con este trabajo un mayor conocimiento de este trastorno, así como aprender a solucionar situaciones singulares que se me pueden presentar dentro del aula con este tipo de alumnado.

PALABRAS CLAVE

Trastorno de déficit de atención e hiperactividad, intervención, respuesta educativa, expresión corporal.

1. INTRODUCCIÓN

Con el siguiente Trabajo de Fin de Grado quiero desarrollar una secuencia de actividades en el área de educación física, teniendo en cuenta la respuesta educativa que necesitan el alumnado diagnosticado con Trastorno de Déficit de Atención y/o Hiperactividad, en adelante TDAH. He tenido la oportunidad de desarrollar la secuencia de actividades en un aula de educación primaria con un alumno de estas características.

La elección del tema del presente Trabajo Fin de Grado ha sido debido a que el trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad está originando un gran interés en los últimos años. No solo lo hemos podido observar en las clases teóricas a través de diferentes libros, artículos, especialmente en aquellas relativas a la atención a la diversidad... sino que también lo hemos podido observar en las clases prácticas.

Este trastorno, se empezó a conocer en el siglo pasado, aunque en la actualidad se están dando muchos casos en las aulas.

Otro motivo por el que he escogido este tema, ha sido la posibilidad que he tenido de trabajar con alumnos que poseen este trastorno. Debido a que las prácticas que realizamos en los colegios te dan la posibilidad de ver en las aulas y algunas situaciones que se dan cuando encontramos alumnado con este perfil. Por lo que el tema de investigación girará en torno al TDAH.

Sobre este trastorno existen numerosas investigaciones de diferentes autores que lo trabajan en materias troncales de clase, como pueden ser matemáticas y lengua. Una de las dificultades que presentan estos alumnos es que no expresan todos sus sentimientos y que tienen necesidades de movimiento y espacio, por eso he realizado un plan de intervención para el área de Educación Física, donde trabajaremos con todo el grupo-clase para fomentar las relaciones sociales del alumno y sus compañeros dentro del aula, teniendo en consideración orientaciones metodológicas concretas para dar respuesta a este tipo de alumnado.

El plan de intervención del alumno se centrará en los contenidos de Expresión Corporal, donde el alumno empezará a controlar su cuerpo y nos ayudará a mejorar la atención del alumno con este trastorno.

Para empezar con este Trabajo de Fin de Grado sobre el TDAH, he tenido que investigar y leer sobre este trastorno para desarrollar todos los apartados que aparecen en él, tanto en el marco teórico como en la propuesta de intervención.

Con la Educación Física podemos ver qué sucede cuando los alumnos con este trastorno reciben esta materia hasta cómo se puede trabajar con ellos para mejorar su atención y coordinación.

Para finalizar, voy a concluir este trabajo con una evaluación del alumno, con este trastorno de la secuencia de actividades planteadas, así como de la intervención realizada, para hablar de lo que me ha aportado este trabajo y las conclusiones que he extraído al llevar a cabo este plan de intervención con este tipo de alumnos.

Nos podemos hacer preguntas sobre este trabajo, como: ¿Por qué he elegido este tema de TFG? ¿Por qué he realizado una intervención metodológica? ¿En qué área se ha trabajado este trastorno? E incluso, ¿qué actividades se han realizado?

Debido a que en el área de educación física no se ha trabajado mucho con este trastorno, he realizado una serie de actividades para mantener al niño activo y participativo, tanto en el aula como con sus compañeros.

En cada sesión hay una gran diversidad de actividades de corta duración para que este alumnado no se canse a la hora de su realización. También en cada sesión hemos ido trabajando diferentes cosas, y hemos ido de lo simple a lo complejo. Para crear en el alumno creatividad e iniciativa.

Por lo que he decidido realizarlo desde el ámbito de la Educación Física, ya que en mi opinión es necesario una solución a este problema de una manera fundamentada, y que estimule al niño a realizar sus tareas y actividades, debido a que los tratamientos que se utilizan actualmente, a veces pueden resultar ser para el niño más que un estímulo, una obligación.

A modo de conclusión y refiriéndome a nuestro futuro como docentes, debemos saber tratar con todo tipo de niños en nuestra aula, pues la diversidad es una realidad, y concretamente con este tipo de problemas. Por lo que debemos estar preparados para realizar una intervención educativa para el bien de nuestros alumnos, conociendo las características y problemas de los niños que lo presentan.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Definición TDAH

Antecedentes

Según lo leído podemos encontrar diferentes explicaciones de cada uno de los autores que hablan sobre este tema.

A continuación vamos a ver lo que cada uno nos dice o explica sobre este trastorno:

El Ministerio de Sanidad (2010) nos dice que el TDAH o Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad “es uno de los trastornos con mayor prevalencia y representa uno de los motivos más frecuentes de consulta debido a las enormes consecuencias en los diferentes aspectos de la vida del paciente”.

En un artículo de González (2006) podemos ver que este trastorno ha sido estudiado desde principios del siglo pasado, que llamaba mucho la atención de diferentes pedagogos, psicólogos y diferentes profesionales que trataban con este tipo de alumnado, las consecuencias que en ellos provocaba y también en su entorno. La primera persona que describió el comportamiento de estos/as niños/as fue el médico G.F. Still.

Algo característico que resulta llamativo son los continuos cambios de nombre que este trastorno ha sufrido a lo largo de los años. Comenzó llamándose “Síndrome Cerebral Mínimo”, “Trastorno del Impulso Hiperquinético” o “Disfunción Cerebral Mínima”, resaltaban que los síntomas eran producidos por pequeñas alteraciones en el funcionamiento del cerebro. Posteriormente, se denominó “Trastorno por Déficit de Atención, con o sin Hiperactividad “.Merino (2012) nos explica los cambios de nombre. Desde 1994, lo conocemos con el nombre que recibe actualmente de TDAH. Estos cambios se deben a las diversas escuelas y tendencias teóricas existentes en cada

momento en la historia, pero en el fondo, todas ellas vienen a definir a un grupo de personas que sufren unos síntomas comunes, con problemas en el mantenimiento de la atención, la impulsividad y /o la hiperactividad.

Definición actual

Según la guía de práctica clínica sobre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad en niños y adolescentes elaborada por Rivero,P (2010) dice “que los estudios neuropsicológicos y de neuro-imagen funcional han demostrado que los niños y niñas con TDAH presentan una alteración cognitiva en distinto componente de las funciones ejecutivas”.

Los niños presentan diferentes alteraciones dentro del cuerpo que les asocia a uno de los síntomas de este trastorno.

Para el American Psychiatric Association (2013), el TDAH “es una trastorno neurobiológico que aqueja tanto a adultos como a niños. Es descrito como un patrón persistente o continuo de inatención y-o hiperactividad e impulsividad que impide las actividades diarias o el desarrollo típico”.

Y para Barkley (2002), referente mundial en la investigación sobre el trastorno que nos ocupa, los estudios actuales nos evidencian que el término TDAH se queda corto y va más allá de las características de inatención, hiperactividad e impulsividad:

“El TDAH supone un déficit en el autocontrol o, lo que algunos profesionales llaman, funciones ejecutivas, esenciales para planificar, organizar y llevar a cabo conductas humanas complejas durante largos períodos de tiempo”. Es decir, en los niños con TDAH la parte “ejecutiva” del cerebro, que supuestamente organiza y controla la conducta ayudando al niño a planificar las acciones futuras y seguir con el plan establecido, funciona de manera poco eficaz.

Según Fundaicyl (2009) “es un síndrome conductual con bases neurobiológicas y un fuerte componente genético. Se trata de un trastorno neurológico de comportamiento caracterizado por la distracción de moderada a severa, periodos de atención breves, inquietud motora, inestabilidad emocional y conductas compulsivas”.

Ahora nos vamos a centrar en la definición del DSM-5. Que viene siendo el Manual estadístico y de diagnóstico de los trastornos mentales, publicado por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), y que define “los criterios a ser usados por los médicos, profesionales de la salud mental y otros profesionales clínicos de la salud calificados cuando realizan un diagnóstico de TDAH”. El DSM-5 fue actualizado en el 2013 y se realizaron cambios a la definición del TDAH, lo que afectará cómo este trastorno se diagnostica en niños y adultos.

Los estudios realizados por Orjales (1999), revelan que el Trastorno por Déficit de Atención con o sin hiperactividad se presenta en un 3% hasta un 6% de los niños en edad escolar por lo tanto, en un aula de educación primaria o secundaria podemos encontrar la razonable cifra de 1 o 2 niños con este trastorno. Los síntomas del TDAH implica dos bloques básicos: el déficit de atención y la conducta hiperactiva e impulsiva. La presencia de uno de estos bloques de síntomas o de ambos al mismo tiempo da lugar a los tres subtipos reconocidos en el DSM-5.

Después de analizar estas definiciones podemos observar, que el TDAH, es por tanto, un problema heterogéneo, donde podemos encontrar diferentes perfiles tanto en los aspectos que se perciben a simple vista, como en las manifestaciones secundarias que van surgiendo partiendo del diagnóstico.

Según lo leído por diferentes autores, en el momento que estamos, los enfoques actuales defienden que el TDAH se trata de un problema de la personalidad que se refiere al funcionamiento y desarrollo inadecuado de estas funciones ejecutivas. Según este enfoque, las personas con TDAH tienen una incapacidad para activar y sostener aquellas funciones responsables del autocontrol de la conducta o comportamiento.

Por otra parte, el TDAH se presenta como un incremento de la actividad física del niño, donde la impulsividad y la dificultad para mantener la atención en una actividad durante un periodo de tiempo prolongado. Asimismo, existen personas en las que se observa que además tienen problemas de autoestima debidos a los síntomas del TDAH como son la impulsividad, inatención e hiperactividad y que la familia no suele asociarlo a dicho trastorno.

2.2. ¿Cómo es el alumnado TDAH en el aula?

Según Orjales (2010, p 170), en la mayoría de los casos que nos encontramos de TDAH en niños en edad escolar se pueden experimentar dificultades académicas y/o en la relación con sus compañeros. Con frecuencia, y en función de los síntomas presentan unos problemas u otros.

Podemos encontrarnos con los siguientes problemas en la escuela con este tipo de alumnado:

- Presentan los deberes incompletos.
- Organizan poco y mal los deberes y cometen errores “tontos”.
- Hablan impulsivamente (responden antes de acabar la pregunta).
- Se distraen fácilmente.
- Tienen conductas disruptivas (conductas inapropiadas).
- Interrumpen y se entrometen.
- Se pueden mostrar agresivos.
- Tienen dificultades para aceptar las normas.
- Les resulta difícil aceptar tareas.
- Son incapaces de esperar su turno.
- Tienen dificultad para establecer un orden en sus tareas y prioridades.
- Muestran dificultad a menudo para pensar antes de actuar.
- Pierden y/u olvidan cosas necesarias.
- Parecen no escuchar cuando se les habla.
- Se levantan a menudo en situaciones en las que deberían permanecer sentados.
- Presentan movimientos frecuentes de pies y manos.

A la hora de ver los rasgos que presenta este tipo de alumnado, nos vamos a guiar a partir de tres autores como son Santurde, Orjales y Joselevich.

Según Santurde (2013) las características de este trastorno se inicia en la infancia y sus manifestaciones deben presentarse antes de los 7 años de edad, caracterizándose por presentar dificultades crónicas en atención (bajos niveles de concentración y organización, olvidos frecuentes), impulsividad (impedimento en controlar reacciones inmediatas) e hiperactividad. Dificultades que no pueden atribuirse a alteraciones neurológicas, sensoriales, del lenguaje o motoras graves, retraso mental o a trastornos emocionales importantes.

Los síntomas pueden ser muy variados y no siempre están presentes todas las características al mismo tiempo. Cada persona presenta unos síntomas en el cual, normalmente, predominarán unas características sobre otras.

Además que estos síntomas van cambiando con el desarrollo. Una de las dificultades que presenta el TDAH es que normalmente no se detecta solo, sino que repetidas veces se presenta acompañado de uno o más trastornos.

El TDAH se identifica mediante tres manifestaciones esenciales, que se manifiestan especialmente en el aula:

- Inatención
 - Dificultad para prestar y mantener la atención.
 - Dificultades para seguir instrucciones y organizar ideas.
 - No termina los trabajos y descuida su presentación.
 - Es el que más persiste a lo largo de la vida.

- Impulsividad
 - Actúa sin pensar.
 - Dificultad para controlar reacciones inmediatas y esperar turnos.

- Dificultad para planificar acciones y establecer prioridades.
 - Contestar antes de escuchar las preguntas.
 - Molestar o interferir en las tareas de los demás.
 - Intolerancia a la frustración.
-
- Hiperactividad
 - Excesiva actividad motora y constante cambio de postura.
 - Inquietud y nerviosismo.
 - Tendencia a hablar mucho, emitir ruidos y romper cosas.

Todas estas características que acabamos de ver traen consecuencias en los niños que sufren este tipo de trastorno. Cada persona es diferente, por lo que en cada una de ellas se manifiesta de forma diferente aunque sigan un mismo patrón.

Además de los tres síntomas de TDAH que sufren la mayoría de personas diagnosticadas, poseen otras características como puede ser la alta emotividad, baja autoestima y dificultad en las relaciones sociales.

Según lo visto por Orjales (2004, p 80-81) “este trastorno es diez veces más frecuentes en los varones. Se considera que entre un 3%-5% de los/as niños/as menores de 10 años padecen Déficit de Atención con Hiperactividad”. Esto quiere decir que cada profesor por aula es probable que tenga de uno a dos niños con hiperactividad.

Por otro lado, según Joselevich (2000, p 23-28), podemos encontrar diferentes características en las etapas evolutivas de los niños con TDAH que pueden ocasionar dificultades de aprendizaje, dependiendo de la edad que tenga cada niño.

A continuación vemos una tabla donde aparecen las características que presentan estos alumnos en la etapa primaria:

ETAPA EVOLUTIVA	CARACTERÍSTICAS
Edad escolar (de 6 a 12 años)	<ul style="list-style-type: none"> - Suele desaprovechar lo que se está explicando. - Altera la actividad académica del resto de sus compañeros. - Presenta extrema variabilidad frente a distintas personas y actividades. - Reacciona mejor en situaciones novedosas, frente a estímulos atractivos o en una relación uno a uno con el adulto. - No reflexiona, piensa o planea lo que va a hacer. - Suele responder sin haber terminado de escuchar la pregunta, o contestar.

La hiperactividad en algunos niños suele ser transitoria, partiendo de problemas familiares que les hayan afectado, como padres que se divorcian o una muerte cercana entre otros. Aunque hay otros casos que duran toda la vida, en menor o mayor medida.

Los problemas que se presentan en el aprendizaje y el marcado fracaso escolar suelen ser el principal motivo de consulta en niños de esta edad.

Aproximadamente el 30% de los niños con TDAH tiene problemas de aprendizaje y repite algún curso, según aparecen en la página web www.tdahytu.es.

Según lo leído en el proyecto Ambezar, que es el nombre elegido por un grupo de trabajo formado por profesionales del entorno educativo que se ocupa de generar

herramientas y recursos para la intervención educativa desde la perspectiva de la orientación, fundamentalmente en el ámbito de atención a la diversidad, y a modo de conclusión, se podría decir que para prevenir estos problemas a la hora de trabajar con el alumnado con TDAH, podemos tener en cuenta los siguientes apartados:

- Se prestará especial atención a que se adecue a su ritmo de trabajo y estilo de aprendizaje. Por ello el profesorado debe disminuir las exigencias de rapidez y cantidad en el trabajo y optar por un aprendizaje más lento pero seguro.
- Establecer prioridades: hay que plantearse qué aprendizajes, contenidos o actividades son necesarios para el alumno/a y qué otros carecen de sentido en un momento determinado.
- Permitir mayor práctica: repasar y recordar utilizando actividades novedosas, variadas y siempre significativas para el alumno/a alumna.
- Evaluar al alumno/a de acuerdo a sus propios logros y esfuerzos: estimar el trabajo realizado, además del resultado de aprendizaje obtenido. Valorarlo respecto a los propios logros conseguidos en lugar de solamente compararlo con el rendimiento promedio de la clase.
- Asegurar la autoestima: la mayoría de los niños con estas características están convencidos de que tienen pocas posibilidades de éxito y, en consecuencia, piensan y actúan evitando muchas veces un esfuerzo que consideran inútil. Los educadores deben ayudarles a cambiar sus percepciones y atribuciones por otras más adaptadas y más parecidas a las que tienen los niños sin problemas.

Un modelo de intervención que permita atender las necesidades de los alumnos en el contexto de un aula ordinaria debería:

1. Conocer a los niños con dificultades.

La información médica es necesaria para medir los límites en las sesiones de Educación Física a la hora de trabajar con ellos.

2. Conocer las actividades.

Proponer actividades variadas que sean las mismas que al resto del grupo, que favorezcan la inclusión y sean cooperativas; que promuevan el establecimiento de relaciones sociales e interpersonales. Así este tipo de alumno no se siente abandonado.

3. Tomar decisiones respecto a:

La organización y la metodología que se va a utilizar debe hacer compatible el trabajo del grupo clase, con el trabajo y progreso de los niños. La prevención de algunas dificultades y conflictos es clave para poder actuar en consecuencia.

2.3. Tratamiento del TDAH

Para algunos autores podemos decir que la comunidad científica expone que los mejores resultados se obtienen a través de un tratamiento absolutamente individualizado para cada niño, en el que se combine una terapia farmacológica con intervenciones psicoeducativas y conductuales.

No obstante, es motivante comprobar como investigaciones actuales indican que el ejercicio físico parece modificar la estructura y función del cerebro de manera beneficiosa para los niños con TDAH, por lo que varios autores defienden que la actividad física podría ser útil como ayudante, ya sea en el tratamiento farmacológico o como terapia de reemplazo a la hora de trabajar con niños con este trastorno (Carriedo, A. 2014).

La intervención psicoeducativa y conductual debería realizarse en todos los casos, involucrando al niño, a sus padres y compañeros de clase.

El niño con TDAH, es considerado actualmente por la normativa como un alumno con necesidades específicas de apoyo educativo (ACNEAE)¹, por lo que su tratamiento debe ser individualizado y tratado tanto dentro como fuera del aula.

En este sentido cobra especial importancia la formación de docentes y padres, ya que según Galve (2009, p87-106) los primeros no han recibido una formación básica en sus planes de estudio que les permita abordar las necesidades del alumnado con una problemática especial. Esta intervención debe tener en cuenta el ámbito del

¹ ORDEN de 30 de julio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se regulan las medidas de intervención educativa para favorecer el éxito y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo.

comportamiento, el de los aprendizajes, el emocional y el social. Se deben utilizar técnicas de manejo de conducta, de autocontrol, de habilidades de comunicación y de interacción para reducir los retrasos en el aprendizaje, y para que se desarrolle la adquisición de competencias académicas.

Según el artículo leído por Berwid y Halperin (2012) una intervención psicoeducativa que comprometa a padres y profesores puede mejorar notablemente el comportamiento de los niños con TDAH. Agregan que si a esta intervención, se le añade un tratamiento farmacológico, los resultados son mucho mejores.

Tanto Galve como Berwid y Halperin (citado en Carriedo, 2014), que son profesionales de la psicología, cuentan con los padres y profesores para trabajar con este trastorno. Los dos trabajan para mejorar el comportamiento de los niños aunque Berwid y Halperin añaden un tratamiento farmacológico a su intervención.

La influencia del ejercicio físico en niños diagnosticados con TDAH está establecida por la comunidad científica. La actividad física, no solo es adecuada para llevar un estilo de vida saludable que reduzca los riesgos de padecer diversas enfermedades, sino que además produce mejoras en algunos procesos cognitivos y en la salud mental. Sin embargo no es hasta hace poco que se empezó a investigar si los efectos observados en personas que no padecen de ningún trastorno eran aplicables a personas con trastornos del neurodesarrollo como el TDAH para extraer conclusiones.

En esta última década han surgido numerosos estudios que han tratado de relacionar algunos de los beneficios del ejercicio en niños diagnosticados con TDAH y muchos han encontrado evidencias que sugieren que el ejercicio físico podría ser una herramienta útil en el tratamiento del TDAH.

Para Carriedo,A (2014) “el ejercicio aeróbico de intensidad moderada podría tener consecuencias positivas en la función neurocognitiva y en el control inhibitorio en niños con TDAH, mejorando por tanto el rendimiento escolar”. Diciendo que los niños con TDAH pueden concentrarse mejor de esta manera y se distraen menos después de una sesión rápida de ejercicio. Además, parece que este tipo de ejercicio también produce mejoras en los test de lectura y de matemáticas.

Esto es interesante porque los niños con TDAH, tienen más problemas de aprendizaje en estas dos áreas ya que se necesita un alto nivel de concentración.

Otros estudios realizados por otros autores dicen que después de realizar sesiones de ejercicio físico suave o moderado, estos niños con TDAH mejoraban su rendimiento negativo y la atención, aunque no encontraron relaciones con la mejora del rendimiento académico del niño.

Aunque también otros autores hablan de la influencia del ejercicio físico sobre la función ejecutiva, donde dicen que el ejercicio físico optimiza su rendimiento.

Según Barkley (2002), el 89-98% de los niños con TDAH tienen déficits en las habilidades directivas, traduciéndose en dificultades sociales, organizativas y en una mala memoria de trabajo. El TDAH parece tener un fuerte impacto en la función ejecutiva, por lo que procesos relativos al aprendizaje y al comportamiento se ven alterados favorablemente. Aunque no se sabe con certeza que elementos son regulados por la función ejecutiva, se piensa que tiene relación con procesos cognitivos como la memoria, el control de las emociones, la activación, la excitación, el esfuerzo, la organización y la planificación de las tareas.

2.4. Educación física y el TDAH

En este apartado vamos a poner en relación a la educación física y el TDAH, donde veremos si hay ventajas o inconvenientes a la hora de realizar esta asignatura con alumnado de este tipo.

Por último vamos a hablar de las posibilidades de la educación física en el tratamiento del TDAH donde el problema de este diagnóstico está generando en los padres una preocupación creciente por la salud mental y física de sus hijos.

Los padres e hijos llegan a la conclusión de que lo importante es crear un clima favorable de amistad y de aficiones para conseguir un estado de ánimo equilibrado a través de la actividad física.

Acorde con este autor, CARRIEDO (2014), las clases de Educación Física parecen ser un lugar propicio, donde todos los alumnos participan en actividades placenteras,

divertidas, organizadas y supervisadas por un docente preocupado en educar a través de un ambiente agradable y saludable.

A modo de conclusión se podría decir que diversos trabajos proponen que un buen ejercicio físico regular y bien estructurado, podría ayudar a reducir los síntomas básicos del TDAH en los niños.

De hecho, varios autores recomiendan explícitamente que se aumente las horas de actividad física en los niños con TDAH, por lo que podemos concluir diciendo que existe alguna evidencia, aunque sea limitada, para pensar que el ejercicio tiene un impacto positivo en el comportamiento y en la función neurocognitiva de los niños con TDAH en el entorno escolar.

Según lo leído y lo visto por diferentes autores, las conclusiones sobre la actividad física son prometedoras y sugieren que la actividad física puede ser un complemento que resulte eficaz en el tratamiento multidimensional de niños con TDAH.

Estas evidencias han sido una de las razones que me han llevado a tratar de desarrollar una respuesta educativa desde el área de EF, teniendo en cuenta las particularidades de este alumnado. Por ello he tratado de diseñar y desarrollar una secuencia de actividades que una objetivos de EF, con objetivos específicos y orientaciones metodológicas que pretendan dar respuesta a las necesidades de alumnado con TDAH.

Según la fundación CADAH, la dificultad para el deporte de los sujetos con TDAH es la menos estudiada y de la que menos se sabe de los trastornos comórbidos del TDAH. Es importante realizar intervenciones que disminuyan la incapacidad en el desempeño de actividades propias de su edad, ya que mejorando este aspecto de su vida, las repercusiones en el área emocional y social se verían gratamente beneficiadas.

Educar para la diversidad es un reto al que se enfrenta los profesionales de la educación. Adaptar los objetivos a las personas con necesidades educativas especiales de apoyo escolar, como es en mucho de los casos de niños con TDAH, dentro del marco de la Educación Física, es una tarea pendiente que debe comenzar a realizarse con mayor rigor.

Dentro del colegio, vendría bien realizar un análisis de los diferentes aspectos que aparecen en la legislación donde se revela un especial interés hacia la atención a la diversidad, aceptando las diferencias que podemos encontrar entre los diferentes niños. Esto llevaría a que el niño sea atendido, no tan solo en función de las limitaciones que tiene, sino de las necesidades educativas que pudiera plantear dicho niño y sobre todo en las posibilidades que tenemos para que pueda desarrollar su escolaridad con éxito.

Los apoyos del profesor deben proporcionarse de forma que no llamen la atención, es decir, dentro de la dinámica del juego. Entre ellos podemos señalar diferentes apoyos:

- Apoyo físico: consiste en la máxima proporción de ayuda que necesita una persona para completar una tarea. Esto puede implicar tomar al niño/a de la mano y acompañarle físicamente en la realización de la tarea.
- Apoyo gestual: Son las indicaciones que recibe cierta persona.
- Apoyo verbal: Se fundamenta en instrucciones sencillas dadas de palabra. Pueden utilizarse en combinación con los gestuales y físicos.
- Modelado: Consiste en hacer una demostración previa de la actividad, de modo que el niño pueda imitar al adulto o a un compañero/a.
- Moldeado: Procedimiento que se aplica para enseñar habilidades nuevas. Es necesario definir la tarea a realizar y subdividirla en pequeños pasos sucesivos.

Es muy importante desarrollar juegos cooperativos para realizar el trabajo en grupos. Estos juegos nos permiten evitar situaciones de rechazo y exclusión, aparte de disminuir las probabilidades de las experiencias motrices negativas, ayuda a favorecer el desarrollo motriz y fomentar un clima positivo y tolerante.

Para la organización del espacio, dos son las opciones que podemos adoptar:

La primera sería la organización del espacio de forma que sean los niños los que exploren y experimenten libremente o la segunda opción sería integrar esta experimentación dentro de una historia, lo que estaría dentro de los espacios de acción y aventura.

Además, de las estrategias señaladas, habría que añadir también:

- Adecuar el lenguaje al nivel de comprensión de los alumnos.
- Utilizar distintos canales para transmitir la información (oral, escrito, visual y gestual).
- Situación al alumno cerca del profesor al realizar las actividades.
- Escoger el momento en el que se informa de la actividad.
- Trabajo individual o grupal: a veces es preferible realizar actividades donde se pueda desarrollar un autoaprendizaje y en otros realizar grupos de enseñanza.
- Uso de reforzadores y motivaciones. El uso de reforzadores positivos ante la aparición de una conducta que queremos fomentar.
- Definir con la mayor precisión posible las tareas propuestas.
- Utilizar distintos agrupamientos: individual, parejas, pequeño grupo o gran grupo. El uso de diferentes agrupamientos y el equilibrio entre la dinámica de trabajo individual y colectivo favorece la aparición de procesos de cooperación y, al tiempo de refuerzo personalizado.
- Asignación de roles concretos.
- Uso de rutinas.

Los niños con trastorno de TDAH con hiperactividad suelen presentar problemas en su adaptación al ambiente escolar.

En cambio, el área de Educación Física suele presentar un marco ideal para estos alumnos, ya que no sólo se trabaja la relajación e inhibición muscular, el control postural y la autoestima, sino que estos aspectos resultan beneficios para su rendimiento académico, pues se utilizan estrategias que fomentan la atención.

Como en otras áreas, en Educación Física, podemos llevar a cabo una serie de actuaciones como son:

- Darles una responsabilidad como puede ser guardar el material o abrir el gimnasio. De tal manera, no tendrá que esperar mucho tiempo en la fila, aspecto que puede agravar el problema.

- Establecer juegos cooperativos para que participe activamente y se sientan integrados.
- Reforzarlo positivamente ante resultados efectivos, por ejemplo, cuando presente un buen comportamiento.
- Desarrollar antes y después de la práctica de la actividad física ejercicios de respiración y relajación.

3. INTERVENCIÓN EDUCATIVA

3.1. Introducción

El plan de intervención que voy a desarrollar se centra en el área de Educación Física, y tratará de dar respuesta a niños hiperactivos en esta área. Obviamente, en una clase de Educación Física no solo trabajamos con un alumno, por lo que desarrollaré una unidad didáctica que estará enfocada al trabajo con el grupo-clase, aunque con diversas puntualizaciones hacia el niño hiperactivo en concreto.

La elección del contenido principal de esta unidad didáctica, expresión corporal, se debe a que esta técnica favorece la relación entre los alumnos y la manera de controlar y manejar su cuerpo, como he recogido en el apartado educación física y el TDAH. Entre otros aspectos se prioriza técnicas, ejercicios y actividades que disminuyen la excesiva intranquilidad de este tipo de alumnado. Además, propiciaremos un nivel de relajación en el niño que favorecerá la relación con los demás compañeros.

Para finalizar, las actividades están diseñadas de manera que haya una parte principal, una parte central y una vuelta a la calma, por tanto, existe un principio de graduación. Estas actividades permitirán ejercitar el ritmo, la coordinación, las dramatizaciones y la relajación de nuestros niños, además de fomentar la imaginación y creatividad.

El deporte y las actividades físicas son dos posibles recursos de gran importancia, por lo que tenemos que intentar motivar, orientar y ayudar a los niños a participar en estas actividades. Además, nos pueden ayudar a la hora de abordar algunas dificultades que presenta el alumnado con TDAH.

Actualmente existen muchos niños y niñas diagnosticados de dicho trastorno y la mayoría de las veces el tratamiento que se utiliza es la medicación. Podemos utilizar la

expresión corporal, en relación con la Educación Física, para intentar mejorar y disminuir la aparición de los síntomas relacionados con el TDAH.

3.2. Contexto

Analizando el contexto escolar del centro, nos encontramos en un centro privado concertado de una localidad de tamaño medio donde el alumnado es muy variado. Es un centro bilingüe en inglés que dispone de Educación Infantil, Primaria y Secundaria.

Como se manifiesta en el proyecto educativo de centro, se trata de un centro de carácter intercultural, en el que la educación en valores y la integración del alumnado son la prioridad por encima de todo. Podemos encontrar mucha variedad cultural de alumnos, desde alumnos de etnia gitana, alumnos que provienen de América del Sur, de Europa del Este y de África. Hay muchas diferencias en cuanto a las clases sociales de todos los alumnos del centro, encontrándonos ante casos de alumnos en situaciones un poco más complicadas debido a diferentes factores sociales. Esto hace que la educación en valores que promueve el centro y que tan importante es para ellos sea una herramienta más que adecuada para el buen funcionamiento de las relaciones sociales dentro del centro.

Nos encontramos ante una clase del primer ciclo de Educación Primaria, concretamente en la clase de segundo de Primaria. Esta clase está formada por veintitrés alumnos, generalmente con un buen nivel de aprendizaje, aunque encontramos varias excepciones en alguno de los alumnos. De esos 23 alumnos, 11 son niños y 12 niñas, todos nacidos el mismo año. Es decir, no hay repetidores en este curso.

3.3. Descripción del caso

A continuación voy a hacer una descripción de las medidas de atención que hay en el centro y la descripción del niño con el que vamos a trabajar.

Para empezar, las medidas de atención a la diversidad, como respuesta a la diversidad que nos encontramos en las aulas vienen definidas por el centro educativo dentro del marco de la normativa². Muchas adaptaciones requieren de una perspectiva de sistema,

² ORDEN de 30 de julio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se regulan las medidas de intervención educativa para favorecer el éxito y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo.

distribuyendo recursos, tomando decisiones de gestión o coordinando acciones desde el equipo directivo y el claustro.

De los documentos propios de los centros, el Plan de Atención a la Diversidad recoge el conjunto de actuaciones y, por tanto, nos interesa destacar que las posibilidades que tenemos son:

- adaptaciones del currículo
- medidas organizativas
- apoyos y refuerzos

Que un centro diseña, selecciona y pone en práctica para proporcionar la respuesta más ajustada a las necesidades educativas, generales y particulares, de todo el alumnado.

En él se deben concretar el análisis y realidad actual del centro, la determinación de los objetivos a conseguir, las medidas que se llevarán a cabo y los recursos tanto humanos como materiales y didácticos que se van a utilizar de forma temporal o permanente, y el procedimiento de seguimiento, evaluación y revisión del mismo.

Hablaremos aquí de los documentos que nos interesan en referencia a la atención del TDAH desde el centro. En el Proyecto Educativo de Centro (PEC) incluiremos -entre otras muchas cosas- la filosofía del centro ante la atención a la diversidad, los recursos de que disponemos, las medidas que estamos en disposición de tomar, etc. En segundo lugar, tenemos la Programación General Anual (PGA), espacio donde se programa cada curso escolar. Aquí incluiremos la realidad que, en torno a los alumnos y alumnas con TDAH, tenemos este año, los recursos con que contamos y las medidas que emprenderemos para el curso presente. En tercer lugar, hemos de hablar de las Normas de Organización y Funcionamiento (NOF). En ellas se establece la gestión de la convivencia y la disciplina. Este es un tema importante y aquí se debe ajustar el modelo de disciplina a la realidad del alumnado con TDAH. En este documento también se incluye el protocolo de detección de dificultades del aprendizaje.

Así pues, algunas de las medidas que podemos adoptar en el centro son:

- Gestionar la búsqueda de recursos y apoyos. Siempre que sea necesario asesoramiento y apoyo, se contactará con centros de profesores, con la propia consejería de educación o con asociaciones de TDAH.
- Organización del espacio, el tiempo y los recursos en general. Algunos ejemplos serían los desdobles o la asignación de apoyos. El centro deberá tener en cuenta los diagnósticos del alumnado con TDAH en el aula a la hora de gestionar sus recursos. Por ejemplo, podría plantearse un desdoble en matemáticas en un curso, donde existen múltiples diagnósticos de TDAH. Otro ejemplo es la asignación de aula, podemos tratar de asignar aulas con menos elementos distractores a aquellos grupos con diagnósticos de TDAH.
- Protocolo de actuación. Es vital que en el centro exista un claro protocolo de actuación definido en sus documentos. En el Plan de Atención a la Diversidad debemos dejar patente la secuencia de acciones que se siguen para detectar, comunicar y tratar las dificultades de aprendizaje, entre las cuales se encuentra el TDAH. La estructura básica será esta: las dificultades son detectadas inicialmente por los profesores y profesoras que han de transmitir la información al tutor o tutora. Es recomendable que existan espacios específicos de reunión del equipo docente. Una vez el tutor tenga las sospechas del alumnado, habrá de transmitir las a los responsables de orientación, quienes deberán realizar una evaluación que confirme o no las dificultades específicas. Posteriormente, la información obtenida debe ser devuelta al tutor o tutora (necesitamos también espacios específicos de reunión entre orientación y encargados de tutorías) quien a su vez distribuirá la información y recomendaciones al resto del equipo docente cerrando el círculo. También deberá ponerse en contacto con la familia al inicio y al final del proceso. Ante los cambios (avances o retrocesos del aprendiz, comunicaciones con la familia, bajas de profesores que son sustituidas, etc.), será el tutor o tutora quien se responsabilice de volver a poner en funcionamiento el sistema y coordinar el traspaso de información. También debe procurarse un sistema de transmisión de la información curso tras curso.

Las medidas de Atención a la diversidad vienen recogidas en la Orden de 30 de julio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se

regulan las medidas de intervención educativa para favorecer el éxito y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo.

Este alumno, al que llamaremos Jorge, estudia en un colegio de su localidad donde fue diagnosticado con ACNEAE Mediante unas pruebas de evaluación psicopedagógica en el primer curso .En primero de primaria el niño recibía apoyo en el área de lengua y matemáticas, recibiendo sesiones de apoyo tanto de PT como de la AL del centro.

En el siguiente curso (segundo de primaria) se le empieza a realizar un diagnóstico más significativo del problema. El niño o alumno acude a un especialista que le diagnostica TDAH con hiperactividad. Por ello le empiezan a hacer adaptaciones en su proceso de enseñanza-aprendizaje. Entre estas medidas específicas, el niño recibe cuatro sesiones semanales de apoyo fuera del aula con la PT, y una sesión de apoyo fuera del aula con la orientadora, normalmente suele ser una hora a la semana. Todas estas sesiones de apoyo se asientan en el área de lenguaje y matemáticas. Además, dentro del aula recibe una atención específica por parte del profesor cuando el grupo está trabajando. También se adquieren unas dinámicas de trabajo cooperativo para que el alumno se sienta orientado por los compañeros. En cuanto al material que utiliza son libros de segundo de primaria con adaptaciones en las áreas de lengua castellana, inglés y matemáticas. También se le facilitan fichas para fomentar la fluidez y comprensión lectora de diferentes editoriales.

El nivel madurativo del alumno, junto con el nivel socio-cultural que le rodea no favorece una evolución positiva en su proceso de aprendizaje. Debido a que el entorno familiar no favorece tampoco su progreso, ya que los padres no le conceden demasiada importancia a su estado, debido al poco tiempo que pasan con él. Su familia está compuesta por su madre, una mujer que trabaja en la hostelería de 45 años y su padre, un obrero de 49 años. A parte Jorge, no tiene hermanos y el resto de la familia no reside en el mismo pueblo, ya que se desplazaron por motivos de trabajo.

El niño es descrito como un niño intranquilo o inquieto, que se entretiene con muchas cosas en cantidades pequeñas de tiempo. Aun así, presenta dificultades para mantener la atención un tiempo prolongado, necesitando un apoyo que le facilite su atención. En cambio, es mañoso, aunque suele realizar las manualidades de manera rápida para

acabar lo antes posible. No le gusta ser el protagonista de la clase ni participa en dichas situaciones.

Por otro lado, cuando coge confianza, Jorge es un niño cariñoso y alegre. No suele presentar problemas de socialización con el resto de compañeros ni profesores. No le gusta trabajar de forma cooperativa ya que le cuesta expresarse, y afirma que su asignatura favorita es Educación Física ya que le gusta jugar y correr.

Las orientadoras del centro facilitan una evaluación para cada trimestre, que ayuda a observar el progreso del alumno en cuanto a su estado en el aula.

3.4. Estilo de aprendizaje del alumno con TDAH.

Los estilos de aprendizaje con este tipo de niños es muy variado y depende mucho de sus características. Normalmente no completa las tareas, trabaja de manera desorganizada y sin interés por obtener buenos resultados.

En situación individual su rendimiento, empeño, interés, control de la inquietud varían sensiblemente. Cuando recibe una atención directa y se siente estimulada y controlada, ya sea en el aula de apoyo o recibiendo apoyo dentro del aula, responde bastante bien, pero en grupo se descentra, se evade y, por consiguiente, su trabajo no es efectivo.

En el colegio le resulta difícil centrarse en lo que tiene que hacer, bien sean actividades lúdicas o de trabajo; se dispersa, necesita cambiar de actividad constantemente y abandona con facilidad.

La conclusión principal extraída ha sido la necesidad de crear acorde a las actividades este alumno. Que partan de sus gustos e intereses para que la motivación sea muy alta.

3.5. Objetivos del plan de intervención

Según las necesidades del alumnado TDAH y el área de E.F he tenido en cuenta los siguientes objetivos para desarrollar las actividades.

- Diseñar estrategias y recursos que atiendan a las necesidades del alumnado con TDAH.

- Desarrollar habilidades sociales, consiguiendo una mejor integración dentro y fuera del grupo.
- Desarrollar actividades de menor actividad motriz, dando mayor importancia a la relajación del alumno con necesidades educativas.

3.6. Contenidos de E.F.

A continuación voy a nombrar los contenidos que vamos a trabajar en el área de educación física:

- Conocimiento de las posibilidades perceptivas del cuerpo.
- Descubrimiento del cuerpo como instrumento de expresión y comunicación.
- Experimentación de las capacidades expresivas y perceptivas.
- Coordinación dinámica y estática para el control dinámico general del cuerpo.
- Control del cuerpo en relación con la relajación y la respiración.
- Valoración y aceptación de la realidad corporal.
- Consecución de seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal.
- Valoración de los usos expresivos y comunicativos.
- Participaciones en situaciones que supongan comunicación con otros compañeros, utilizando recursos motores y corporales con espontaneidad.

3.7. Objetivos específicos del plan de intervención

Aquí aparecen los objetivos específicos de expresión corporal que voy a tener en cuenta a la hora de realizar el plan de intervención:

- Manifestar, comunicar y exteriorizar sentimientos, sensaciones e ideas.
- Aprender códigos y significados corporales
- Conocer y valorar el cuerpo como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades expresiva de relación con los demás.

Para establecer la metodología vamos a tener en cuenta las orientaciones establecidas en el currículo que tienen como fin guiar la actuación del maestro en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Dicha metodología va a seguir el principio analítico-global, con el cual se pretende que los alumnos exploren, descubran y creen en sus propias posibilidades de movimiento, prestando especial atención a los conocimientos previos de los alumnos. Todo esto conllevará una atención individualizada respondiendo a los diferentes ritmos de aprendizaje.

La estrategia que se realizará en las sesiones será global, donde los alumnos desarrollarán los contenidos en situaciones globales de juego y también analítica, diferenciando las distintas partes del cuerpo. Se trabajará en parejas y en grupos, pero también de manera individual. En cuanto al clima del aula es necesario que el grupo-clase mantenga buena cohesión, creando un clima de afecto y seguridad en cada una de las actividades.

En cuanto a nuestro alumno con TDAH trabajaremos la forma de habilitar sus movimientos, como se maneja solo y la hora de trabajar en grupo.

3.8. Competencias clave

Se podrían trabajar diferentes competencias básicas dentro de nuestra unidad didáctica y a todas ellas se les podría dotar de sentido y darles forma de alguna manera. Pero hemos escogido estas dos ya que creemos que son temas de actualidad, y que se acercan mucho a los valores y conocimientos que queremos transmitir a nuestros alumnos/as:

- *Competencia cultural artística.*

- *Competencia para aprender a aprender.*

A la hora de llevarlo a la práctica a través de la unidad didáctica, voy a tener en cuenta las competencias que he elegido para desarrollar las actividades, e intentaremos que éstas tengan un significado para los alumnos. A la vez que practican ejercicio, se enriquezcan a través de la práctica.

Para ello creemos que un aspecto muy a tener en cuenta es predicar con el ejemplo. No podemos intentar transmitir valores positivos si los contradecemos con nuestros actos. Y además esta educación no debe basarse en un hecho puntual, sino que debe estar siempre, en el día a día.

Algo que me llamado la atención es la posibilidad de un establecimiento de las normas del aula, en consenso entre profesor y alumnos, algo que creemos puede ser muy positivo en la educación en valores.

Por ser más específico, haré una pequeña alusión a cómo trataremos las dos competencias elegidas, aunque creemos que deben aparecer todas, haremos un mayor hincapié en estas.

Competencia cultural-artística

Trabajaremos la competencia cultural-artística, ya que consideramos que tienen una edad apropiada para adentrarse en la realización de creaciones y proyectos artístico-expresivos. Nos gustaría que se situaran en las diferentes perspectivas y que actuaran a modo de espectador, coreógrafo, creador,...algo que creemos que les podría enriquecer.

Consideramos de vital importancia que aprendan a trabajar en grupo, que se respete su trabajo y éstos respeten el de los demás, trabajar la creatividad, la transmisión de emociones, sentimientos y valorar el trabajo propio y ajeno.

Intentaremos que realicen trabajos en grupo, pequeñas creaciones, que trabajen la creatividad en todo momento, intentar ser lo menos directivos posibles. Les adentraremos en las actividades, y progresivamente dejaremos que se suelten, que se dejen llevar, que sean ellos los que creen, los que innoven.

Que colaboren y sean participativos, que adopten diferentes papeles, y que valoren su trabajo a la vez que este les enriquece. Intentaremos realizar pequeños grupos, y que a través de ideas construyan gran variedad de creaciones.

A su vez intentaremos que se lo realicen de una forma globalizadora, que intenten mantenerse en contacto con otras áreas, así como conocimiento del medio, las matemáticas, plástica,...

Competencia para aprender a aprender

Por otro lado, trabajaremos con nuestros alumnos la competencia para aprender a aprender ya que creemos que además de realizar acciones deben reflexionar sobre éstas, sacar conclusiones y tomar conciencia de cómo se aprenden, que conozcan sus progresos y las capacidades que intervienen en el aprendizaje.

En conclusión, que el juego no se quede en un simple hecho, que ahonden en éste, que conozcan todo lo que el juego lleva dentro y lo aprovechen, que disfruten de la actividad pero que a su vez conozcan los conocimientos que ésta les aportan.

Con esto queremos decir que lo único importante no es el resultado final, sino que el alumno debe fijarse también en todo el proceso que ha seguido para llegar hasta ese resultado, y darle gran importancia a éste.

Creemos respecto a esta competencia que muchas veces haces las cosas y no entiendes muy bien porque o a donde te llevan, no eres capaz de reflexionar sobre todo lo que te aportan. Por eso intentaremos que los niños lleven a cabo un diario, que hagan pequeñas reflexiones tras los ejercicios, puestas en común de muy diferentes formas, actividades donde saquen sus sentimientos al exterior, sus sensaciones,...

Es decir a través de la reflexión procuraremos que conozcan lo que están vivenciando.

3.9. Expresión Corporal

El término de Expresión Corporal se compone de un adjetivo (Corporal) y un sustantivo (Expresión).

Para nosotros la Expresión Corporal, son un conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento para expresar (sensaciones, emociones, sentimientos,...), comunicarse, sentir, exteriorizar, manifestar,...

En el ámbito de la educación física alude al desarrollo integral del individuo, a través del lenguaje corporal, mediante diferentes técnicas.

La creatividad, originalidad, naturalidad,... serán cualidades asociadas a la expresión.

Las dimensiones de la motricidad expresiva son la dimensión corporal, la dimensión social, la dimensión cognitiva y la dimensión afectiva.

La expresión corporal no puede trabajarse únicamente desde la dimensión corporal ya que se estaría desaprovechando un contenido muy importante, por lo que hay que ir avanzando a lo largo de las distintas dimensiones para que el alumno se desarrolle en el ámbito social y sea capaz de expresar sus emociones. Hay que comenzar trabajando el cuerpo y posteriormente trabajar la afectividad, la comprensión y las relaciones sociales a partir de la Expresión Corporal.

En cuanto al concepto de Expresión Corporal en la Educación Física se han realizado muchos informes y muchas entrevistas sobre el grado de aceptación o rechazo de los niños a la Expresión Corporal. La mayoría constatan que los niños tienen miedo a esta área porque no se atreven a expresar sus sentimientos y emociones, bien porque son reacios a ello, o bien porque les impone el tener que hacerlo dentro del grupo.

Otros sostienen que la niña es más expresiva que el niño porque ya desde la infancia tiene más facilidad para exponer sus sentimientos ante los demás. Los niños en cambio siempre tienen el papel de duro y temen el rechazo del grupo al exponer sus emociones.

3.10. Actividades

La forma de realización de los ejercicios en niños con TDAH y actividades debe cumplir el principio del aumento gradual y progresivo de la dificultad (de lo sencillo a lo complejo), donde se pongan de manifiesto la cooperación y ayuda mutua, la comunicación, el trabajo en grupos en el cual todos se sientan parte integrante del mismo, es decir que el ejercicio influya positivamente en el desarrollo de la socialización con juegos de cooperación.

En relación a los juegos, primero deben utilizarse los juegos de movimiento, los que propiciarán en el niño un incremento del gasto energético y después utilizar juegos encaminados al desarrollo de la expresión corporal, para mediante estos, ejercitar el ritmo, la coordinación, las dramatizaciones y después incluir la realización de los juegos pasivos, los cuales influyan en la relajación de los mismos. Todos estos juegos permiten desarrollar la creatividad y participación en las clases.

3.11. Sesiones

Esta unidad didáctica va a constar de 6 sesiones divididas en tres semanas. Lo realizaré los lunes y miércoles de 12:10 a 13:00.

Sesión	Fecha
1	09/05/2016
2	11/05/2016
3	16/05/2016
4	18/05/2016
5	23/05/2016
6	25/05/2016

A continuación voy a explicar las 6 sesiones que he preparado de expresión corporal para trabajar con el alumno de TDAH:

3.11.1. Sesión 1

Material

- Material disponible en el aula de psicomotricidad.

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general.

Objetivos para el alumno con TDAH

- Integrar al alumno en el grupo.

-Darle responsabilidad.

-Experimentar libremente.

-Fomentar la atención.

-Trabajar la relajación.

Papel del profesor

El profesor al principio del primer ejercicio les pondrá un ejemplo para que ellos piensen y creen su propio estado de ánimo con el objeto.

A la hora del juego observará quien avanza o quien se queda quieto cuando le toca, para que cumplan las normas

Por último, el profesor será quien empiece el juego del teléfono, realizará la primera figura y luego observara como se expresan y se mueven los alumnos.

Para trabajar con el alumno con TDAH el profesor deberá integrar al alumno con el resto de la clase para que participe con los demás. Para eso podemos empezar dándole responsabilidad a la hora de sacar el material en el aula para trabajar y su recogida. Darle autonomía para que el alumno experimente con su cuerpo libremente y de esta manera fomente la atención con las diferentes actividades.

Por último con unos ejercicios de relajación buscamos que el alumno relaje su cuerpo, no haga movimientos fuera de tiempo.

Introducción (5 min)

En primer lugar desarrollaremos una parte teórica con los alumnos, en la que formularemos preguntas para identificar los conocimientos previos de nuestros alumnos. Estos conocimientos nos harán comprobar el punto desde el que debemos comenzar la materia de Expresión Corporal. Algunas de las preguntas que desarrollaremos para conocerlos serán: “¿qué es la expresión corporal?, ¿Dónde la podemos encontrar?, ¿Qué utilidad tiene?”

Una vez que hemos comprobado los conocimientos previos, llevaremos a cabo una explicación teórica acorde a éstos. Aquí trabajaremos aspectos relevantes de la materia

adecuándolos al nivel educativo de los niños, como el lenguaje verbal, las posturas ó la expresión.

La maleta (10min)

Esta actividad comenzará colocando diverso material disponible en el aula de psicomotricidad dentro del espacio disponible. Posteriormente, daremos paso a que los alumnos escojan objetos y que transmitan sentimientos y emociones que les infieran esos objetos. Es decir, un alumno puede elegir un balón y transmitir dolor, pues recuerda el momento en el que le dieron un balonazo.

Una vez que han elegido los objetos y sus sentimientos transmitidos, deberán agruparse en parejas, escogiendo aquellas a las que les haya transmitido la misma emoción el mismo objeto.

Finalmente, formarán dos grupos. Cada grupo deberá representar un sentimiento previamente acordado y expresarlo a sus compañeros.

Escondite inglés (10 min)

Esta actividad consiste en que un alumno se pone de espaldas al resto de compañeros, que permanecerán tras una línea, y entonces el primero gritará “1, 2, 3 al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies”. Al mismo tiempo, los compañeros avanzarán y cuando el primero se gire adoptarán una postura estática. Si éstos se mueven, volverán a la línea inicial.

Teléfono roto con figuras (15 min)

Para realizar esta actividad dividiremos al grupo en dos. En primer lugar, un compañero le representará a otro una figura mientras sus compañeros permanecen dándole la espalda, es decir, sin mirar. El compañero que recibe la figura debe decir con una sola palabra al siguiente que objeto cree que su compañero ha imitado, y éste último deberá representarla al siguiente, y así hasta llegar al último, que dirá que ha recibido y se comprobará si era la correcta o estaba en lo contrario.

Relajación (5 min)

Para realizar el ejercicio de relajación, el profesor irá diciendo cosas que tú tienes que imaginarte:

Ten todo el cuerpo estirado boca arriba y lo más cómodo posibles.

Respira despacio, pero a gusto.

Entonces empieza a imaginar un cielo azul maravilloso, sin una nube.

Durante un ratito recuerda el olor y sensación del aire cuando el cielo está despejado.

Recuerda lo a gusto que te sientes ante un día así. Después a ese cielo dibújale en la mente un inmenso y profundo océano azul. Observa detenidamente que está en calma y que puedes oír las suaves olas. Siente la profundidad y serenidad de ese mar durante otro ratito.

Después a ese cielo maravilloso y a ese sereno y profundo mar añádele un bello sol amaneciendo.

Inúndate de la sensación de frescura y renovación que nos transmite el amanecer todos y cada uno de los días de nuestra vida. Y durante un ratito disfruta de él.

Por último introdúctete a ti en la imagen encima de una verde hierba. Siente el frescor y relajación que te transmite y disfruta de ella otro ratito.

Para finalizar hazte con una visualización del conjunto y durante varios minutos disfruta de la serenidad que te aporta hasta que te sientas completamente relajado.

Reflexión final (5 min)

Al finalizar las actividades propiamente dichas, reuniremos al grupo-clase en el centro del espacio, y reflexionaremos sobre los problemas y sentimientos que hayan surgido durante el desarrollo de la sesión.

Además, pediremos una aportación personal sobre las experiencias propias que han desarrollado durante la sesión.

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

Con esta primera sesión queremos que el alumno con TDAH nos muestre los sentimientos o estados de ánimo que le ha surgido con cada objeto, para ver su expresión, al igual que el resto de la clase. Pero con este alumno en concreto queremos ver la manera que tiene de expresarse hacia los demás

A la hora del escondite inglés queremos que los alumnos y este alumno controlen sus movimientos. Cuando le toque avanzar que adelante y cuando tenga que pararse que controle su cuerpo y sus impulsos. Buscamos que el alumno se concentre en la actividad y que realiza los movimientos adecuados y cuando haya que realizarlos.

En el teléfono roto observaremos que el niño sea capaz de estarse quieto y de espaldas, y de realizar la figura adecuada cuando le corresponda. Para ello tendrá que haber buen clima en el aula que no incite al movimiento de este alumno, como respetar el turno para realizar el movimiento.

A modo de conclusión, me gustaría decir que esta primera sesión de expresión corporal es una manera de que el alumno con TDAH empiece a controlar sus movimientos, expresarse y favorecer la creatividad.

3.11.2. Sesión 2

Material

- Música de películas
- Tarjetas de animales
- Vendas
- Radiocasete

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general:

Objetivos para el alumno con TDAH

- Experimentar libremente.
- Fomentar la atención.
- Fomentar un clima positivo y tolerante.

Papel del profesor

El profesor será uno más de la actividad, donde participara a la hora de la imitación para darle una idea a los alumnos de cómo hay que hacerlo.

Para que el alumno con TDAH no desconecte de la actividad, cada poco tiempo irá cambiando de música, de película.... De esta manera buscamos que este alumno no desconecte y que siga experimentando libremente con su cuerpo por el aula.

El profesor tendrá que crear buen clima en el aula para evitar la distracción del alumno y que este concentrado.

Introducción (5 min)

En primer lugar llevaremos a cabo una asamblea inicial, en la que reflexionaremos sobre la importancia de los objetos en la Expresión Corporal.

Además, formularemos preguntas relacionadas con esta sesión, cómo “¿qué importancia tiene la música en la Expresión Corporal?”

Temática musical (15 min)

Para desarrollar esta actividad los niños caminarán por el espacio disponible aleatoriamente.

Al mismo tiempo comenzarán a sonar canciones de películas, lo que supondrá que los niños deberán representar estas mientras suenan.

Seguidamente, realizaremos la misma actividad sustituyendo la música de películas, con música de temáticas, cómo la canción del lago de los cisnes, una canción de música clásica o una canción de rock.

Los sonidos (15 min)

Durante esta actividad, al igual que en la anterior, caminaremos aleatoriamente por el espacio.

Al mismo tiempo pondremos sonidos cotidianos, como una sirena de policía, un despertador o un teléfono. Al unísono, los alumnos deberán representar lo que escuchan.

Seguidamente, realizaremos la misma actividad sustituyendo los sonidos cotidianos por sonidos de animales.

Posteriormente, repartiremos tarjetas con un animal escrito en cada uno. Los niños, con los ojos vendados, imaginarán que están en una granja, e irán imitando el sonido del animal que les ha tocado. Los niños caminarán por el espacio hasta encontrar a la pareja que va imitando su sonido.

La jungla (10 min)

Cada alumno escogerá ser un animal de la selva, y se moverá por el espacio figurando ser este animal. El objetivo será que a la orden del docente, los alumnos realizarán una película. Las órdenes que seguirá el docente para crear la película serán:

- Rodar a cámara lenta.
- Rodar realizando los movimientos hacía atrás.
- Rodar a cámara rápida.
- Rodar a velocidad normal.

Reflexión final (5 min)

Para finalizar esta sesión desarrollaremos una reflexión final en la que trataremos aspectos que hayan ido surgiendo durante el transcurso de la sesión. Además, realizaremos preguntas sobre películas, como “¿cómo creéis que se ruedan las películas?, ¿creéis que deben ensayarlas?, ¿qué técnicas de expresión corporal podrán usar?”

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

Con esta segunda sesión podemos ver si el alumno con TDAH ha mejorado con respecto a su primera clase. Aunque se realizan diferentes situaciones, este alumno tiene que recrearse y queremos que participe activamente en la comunicación expresiva para evitar cualquier momento de desconexión en el alumno. Junto con que sepa imitar objetos, animales y personajes sencillos mediante el movimiento corporal.

Por lo que queremos que no desconecte el alumno y realice los ejercicios como el resto de compañeros, y deje a su cuerpo que experimente con la música.

3.11.3. Sesión 3

Materiales

-En esta sesión no es necesario ningún tipo de material.

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general:

Objetivos para el alumno con TDAH

-Promover relaciones sociales e interpersonales.

-Experimentar libremente.

-Reducir su tensión física o mental.

-Fomentar la atención.

Papel del profesor

El profesor en esta sesión observará a los alumnos como expresan los estados de ánimo con la cara, los gestos que realizan y sus movimientos...

También mirará a la hora de colocarse por parejas como se repiten los movimientos, gestos... de cada uno de los compañeros.

A la hora de trabajar con el alumno con TDAH el profesor realizará ejercicios donde el alumno tenga que cambiar de compañeros para fomentar la relación con el resto de la clase. Así de esta manera el alumno experimentará por el aula de manera individual o con el resto de los compañeros.

Para que ocurra esto, el profesor tendrá que llamar la atención del alumno para que realice las diferentes actividades.

Por último y para terminar la clase, buscaremos que el alumno reduzca la tensión física o mental que acumula al realizar la sesión de hoy.

Introducción (5 min)

Poco a poco los alumnos van conociendo un poco más lo que queremos realizar con la expresión corporal.

En las anteriores sesiones hemos contado con algún tipo de material: música, objetos... pero esta sesión va a ser desarrollada mediante el cuerpo.

Muchos de ellos podrán pensar, ¿solo vamos a utilizar el cuerpo en todo el rato?.

Mediante el cuerpo vamos a desarrollar los sentimientos, los gestos y realizaremos algún juego.

Caras (5 min)

Los alumnos realizan o imitan diferentes expresiones con la cara. Tiene que ser relacionado con los estados de ánimo: alegría, tristeza....

El gesto (10 min)

Los alumnos forman un corro en el aula, uno hace un gesto y los demás lo tienen que repetir. A continuación el gesto lo hace otra persona. Se trata de no repetir el mismo gesto.

El espejo (10 min)

Los alumnos se colocan por parejas, se ponen uno enfrente de otro y simulan ser uno un espejo por lo que tiene que imitar los gestos del compañero.

Cambian de posiciones y de pareja cuando lo indica el profesor.

Un día en casa (10 min)

Imitamos entre todos las diferentes acciones que hacemos desde que nos levantamos hasta que nos echamos a la cama a dormir (levantarse, ir al baño, desayunar, comer, ver la televisión...)

Relajación mental (5min)

Son numerosas las situaciones en que nuestra mente se ve tan atareada que cuando nos correspondería descansar somos incapaces de hacerlo porque no paramos de pensar.

Mediante estas indicaciones vamos a buscar la relajación mental:

Lo primero es buscarse un lugar tranquilo y cómodo donde podamos tumbarnos.

El ejercicio se realizará con la habitación a oscuras y los ojos cerrados.

Una música agradable puede ser utilizada para favorecer tu relajación.

Respira profundamente tres veces.

Elimina toda la tensión de tu cuerpo y ve relajándolo desde los pies a la cabeza.

Tómate el tiempo que necesites.

Ahora visualiza tu cerebro, e imagina que tiene dos puertas.

Visualiza que las dos puertas están abiertas y cómo los pensamientos que entran por la puerta de la izquierda se van por la puerta de la derecha.

Es ahora el momento de cerrar la puerta de la izquierda impidiendo que ningún pensamiento pueda entrar en nuestro cerebro.

Centra tu atención en los que todavía están en tu mente y vete despidiéndolos y observando cómo van saliendo de ti por la puerta de la derecha.

Cuando haya salido el último pensamiento, cierra la puerta de la derecha. Así, ahora tu cerebro es una habitación vacía que está a oscuras.

No hay pensamientos, no hay nada. Mantén el estado de vacío mental todo lo que te sea posible, y si lo haces para poder dormir bien, déjate dormir con esa sensación.

Reflexión final (5min)

Al finalizar todas las actividades realizadas en la sesión, reuniremos al grupo – clase en el centro del aula, y reflexionaremos sobre los sentimientos y sobre los problemas que nos han surgido durante su desarrollo. Cómo por ejemplo, ¿Hemos realizado bien los movimientos corporales? ¿Me he expresado correctamente mediante gestos?..

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

En esta sesión queremos que los alumnos y el alumno con TDAH hayan mejorado a la hora de expresarse con los demás compañeros. Donde sus gestos ya tengan más significado.

También queremos que realicen movimientos con sentido. En el caso del alumno con TDAH buscamos una buena expresión de sus movimientos, ya sea solo o con otros compañeros. Y que este alumno sea uno más de la clase y no tenga miedo de expresarse ni de juntarse con nadie.

La relajación le favorecerá para expulsar la tensión que tenga acumulada y para descubrir nuevas formas para desconectar de su alrededor.

3.11.4. Sesión 4

Materiales

-Relatos

-Libros

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general:

Objetivos para el alumno con TDAH

- Integrar al alumno en el grupo.
- Fomentar la atención.
- Evitar situaciones de rechazo y exclusión.
- Fomentar un clima positivo y tolerante.

Papel del profesor

El profesor tendrá que realizar una introducción apropiada para trabajar en esta sesión, donde ponga en situación a los alumnos y que les haga ver que puede ser algo divertido y que pueden disfrutar mucho si se lo toman en serio.

Para trabajar con el alumno con TDAH lo primero que tendremos en cuenta será crear un buen clima en el aula para realizar las diferentes actividades, así buscaremos llamar la atención del alumno para trabajar e integrarlo en un grupo de compañeros. Buscaremos que este alumno no sea excluido del grupo o los grupos y que sea participativo.

Introducción (5 min)

Introducción a las calidades de movimiento que vamos a trabajar, así como la energía espacio y tiempo, que se puede aplicar a cada una de ellas. En el día de hoy trabajaremos cuatro: deslizar, flotar, golpear y sacudir.

Las calidades de movimiento es algo nuevo, por lo que intentaremos crear un clima de incertidumbre alrededor de éste, para que entren con más calor en la actividad.

Será realmente importante que el compromiso y trabajo en la primera parte sea bueno, para obtener buenos resultados en la segunda parte de la sesión.

Juegos (15 min)

De la arena al mar: El profesor les relatará la historia: Estamos en un día caluroso en la playa, y nos desplazamos por el suelo (deslizar), y la arena se calentará tanto que

tendremos que ponernos en pie y pasaremos a (flotar) por el mar. Esta acción ira cambiando.

El diálogo de piratas y vikingos: La clase se separará en cuatro grupos. Uno a cada esquina y deberán intercambiarse las esquinas a la vez que interactúan siguiendo las consignas del profesor y utilizando las calidades de movimiento (golpear y sacudir). Lo que se pretende no es que se toquen, si no que simulen las acciones determinadas por el profesor. Ejemplo: Las hormigas invaden nuestro barco, nos las quitamos (Sacudir).

Déjate llevar por las olas del mar (10 min)

A continuación el profesor leerá un relato, en primer lugar solamente la leerá, para que todos admiren la belleza de esta, una vez metidos en el papel, la volverá a leer poniendo en esta lectura todo su cariño y amor, para que los niños aprovechando los recursos trabajados en la sesión y los que ya poseían se muevan y desplacen por el espacio sintiendo como las palabras acompañan y guían sus movimientos.

Escena final (15 min)

Los niños tienen que formar grupos de 4 o 5 personas. Cada grupo cogerá un texto en el que tendrán expuestos de qué tiene que tratar su escena y las partes más importantes que tienen que trabajar en ella.

Reflexión final (5min)

Cada alumno escribirá una frase en una hoja y a modo de pergamino lo enrollará y lo meterán todos en una caja. Posteriormente, cada uno cogerá un papel y leerá la frase que tiene. Después el profesor les preguntará si han tenido alguna dificultad o miedo a la hora de realizar las actividades.

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

El alumno con TDAH tendrá que centrarse mucho para poder desarrollar esta sesión, ya que requiere de compromiso por su parte y es necesario que se meta en la clase de lleno y se deje llevar.

En esta clase sobre todo este tipo de alumno va a tener que experimentar libremente por el aula mediante las indicaciones proporcionadas por el profesor.

Por último tendrá que ser participativo para la realización de la escena final en grupos, donde cada uno tendrá su rol y tendrá que formar parte del grupo.

3.11.5. Sesión 5

Material

- Cassette
- Pañuelo

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general:

Objetivos para el alumnado con TDAH

- Promover relaciones sociales e interpersonales.
- Experimentar libremente.
- Evitar situaciones de rechazo y exclusión.
- Fomentar la atención.

Papel del profesor

El principio de la sesión el profesor buscará fomentar la atención de los alumnos, en especial al alumno con TDAH a la hora de explicar y realizar las diferentes actividades que se plantean.

Donde el alumno primero se desplazará libremente por la sala, realizando diferentes movimientos, pero a continuación se realizarán ejercicios por parejas. Por lo que el profesor tendrá promover la relación de los alumnos mediante el juego de “juntos, en el camino” y las siguientes actividades para que no se produzca la exclusión y así resolver algún problema como podrá ser el rechazo de alguno de sus compañeros a este alumno.

Introducción (5 min)

En esta sesión el profesor hablará sobre la producción de bailes con su cuerpo o con la ayuda de algún material.

Esta primera parte consiste en relajarlos para que tengan conciencia de lo que van a realizar en la sesión de hoy.

Juego (10 min)

El vuelo de los pañuelos: Cada uno cogerá un pañuelo y comenzará a desplazarse por el espacio dependiendo de lo que la música suscite en él. Se desplazarán por el espacio y se moverán ellos mismos a la vez que dan baile a sus pañuelos. Será un ejercicio individual para que se vayan encontrando cómodos.

Juntos, en el camino: Los alumnos/as se desplazarán por el aula y cuando se encuentren con alguno de sus compañeros/as interactuarán con ellos por medio de una danza, interactuarán a través de la mirada, y también se podrán ayudar de los pañuelos, si les cuesta realizarlo cuerpo a cuerpo. Realizarán pequeñas danzas momentáneas, hasta que al recibir la orden sigan por su camino, hasta encontrar otro compañero en su camino.

Danza de la cercanía (10 min)

Dividiremos la clase en pequeños grupos, y estos deberán crear con la ayuda de algún material (si lo consideran necesario) una “danza contacto”. Se busca la originalidad y creatividad en sus creaciones. No será un baile propiamente dicho sino algo más abstracto, haciendo uso de todo lo aprendido, calidades de movimiento,...

El gran espectáculo (10 min)

Cada uno de los grupos saldrá ante el resto de la clase y mostrará sus pequeñas composiciones.

Escena final (10 min)

En la última parte de la clase los alumnos dispondrán de un tiempo para ensayar su escena a partir de las consignas ya dadas en la clase anterior. Podrán contar con la ayuda del profesor que les irá guiando en todo momento.

Reflexión final (5 min)

Se realizará una reflexión divertida. Los alumnos de cada grupo en una cartulina escribirán pequeñas frases de lo que han sentido con la clase, y al final de la clase saldrán ante el grupo y explicarán sus frases y sensaciones.

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

Al final de esta clase, queremos que los alumnos no tengan problemas en relacionarse unos con otros, y sobre todo el alumno con TDAH sea tratado igual que los demás. Donde se parte de lo individual a lo colectivo.

Ahora ya el alumno con TDAH no tiene que tener ningún miedo a la hora de expresarse y relacionarse con los demás. Ya que al realizar muchas actividades en poco tiempo no le da tiempo en desconectar.

Para terminar, a la hora de realizar las actuaciones, buscamos una integración con diferentes grupos y personas para que no tenga vergüenza y en cada actividad tenga diferentes roles.

3.11.6. Sesión 6

Material

-Cassette.

Actividades

En el siguiente apartado aparecerán los objetivos para el alumno con TDAH, el papel del profesor en la sesión y una descripción de las actividades, junto a la reflexión final de la clase y una conclusión general:

Objetivos para el alumno con TDAH

- Fomentar un clima positivo y tolerante.
- Integrar al alumno en el grupo.
- Valorar respecto a los propios logros conseguidos.

-Fomentar la atención.

Papel del profesor

El profesor para llamar la atención de los alumnos y en especial, del alumno con TDAH el ambiente del aula tiene que estar calmado y ser positivo para evitar su distracción.

En esta sesión ya hemos tenido que conseguir que el alumno sea uno más del grupo y que realice la actuación como uno más. Para ello se tendrá en cuenta los logros que ha conseguido desde un principio hasta esta última clase.

Introducción

El profesor los reúne en el centro de la clase, y les hace preguntas sobre: ¿Qué habéis aprendido en estas sesiones de expresión corporal?, ¿Que os ha resultado más difícil? ¿Y lo más fácil?

A partir de ahí los alumnos se mentalizan para realizar el último repaso de lo que tienen que hacer en la escena final y representarla ante los demás compañeros.

Escena final (10 min)

Los alumnos dispondrán de un tiempo para ensayar su escena a partir de las consignas ya dadas en la clase anterior. Podrán contar con la ayuda del profesor que les irá guiando en todo momento.

Representación (30min)

Representación de la escena final al resto de los compañeros.

Reflexión final (5 min)

Cada uno escribirá a su compañero de la derecha una palabra en un trozo de papel. Cada uno leerá la palabra que su compañero ha escrito en su cuerpo. El alumno/a que se atreva explicará el motivo por el que ha escrito esta palabra, que es lo que ha vivido o ha sentido para resumir la clase en esa palabra.

¿Qué buscamos trabajar con nuestro alumno TDAH en esta sesión?

Con la finalización de esta sesión, hemos concluido con las clases de expresión corporal.

Por lo que disfrutaremos de la evolución que han tenido los alumnos y en general me centraré con el alumno de TDAH a la hora de relacionarse con los demás, además de salir ante toda la clase a realizar la producción que ha realizado con el resto de los compañeros.

En esta sesión los alumnos estarán de público y de representación por lo que se tendrán que comportar bien y realizar las cosas cuando se les diga. En el caso del alumno con TDAH tendrá que reconocer los diferentes roles sin que se le diga nada.

3.12. Valoración de la secuencia didáctica

Para realizar la valoración de la secuencia didáctica lo primero que tendremos en cuenta serán las actividades de enseñanza y los aprendizajes realizados en las sesiones. Con esto queremos que dependiendo de cómo sean estas actividades, el alumnado con TDAH reaccione de diferentes maneras, pues verá afectados su grado de motivación y participación en las actividades o sesiones. Para ello, las actividades tienen que ser llamativas y cortas, es decir, ir cambiando mucho de actividades para llamar su atención.

También nos tenemos que fijar en la valoración del profesor y la valoración del grupo. Donde el profesor asesorará y ayudará en el desarrollo de las actividades y en su explicación, así como el grado de interés que muestran los alumnos. Por otro lado, valorará la cohesión del grupo y de cada uno de sus integrantes en las diferentes actividades o sesiones.

Por último realizaremos una valoración global final de las actividades, que entran en el apartado de reflexión. Donde ellos darán ideas a sus compañeros y también recibirán ideas de ellos para ir mejorando o para aprender sobre el tema de la Expresión Corporal.

4. EVALUACIÓN

Mediante la evaluación pretendemos valorar el grado de aprendizaje que se espera que consigan los alumnos con respecto a los contenidos propuestos.

La evaluación llevada a cabo será continua durante toda la secuencia de actividades. Además, en dicho seguimiento se tendrá en cuenta la situación del alumno, el ciclo, sus características y sus posibilidades.

Los alumnos deberán de realizar un diario de clase en un cuadernillo, donde pondrán lo siguiente de cada sesión:

- Miedos y dificultades
- Actividades
- Reflexiones
- Novedades
- Sensaciones positivas y negativas
- Preguntas o dudas
- Me sentía:
 - o Al llegar
 - o Al terminar
- Me gusta o no me gusta.

Adecuándolos a los objetivos didácticos que nos hemos planteado, los criterios de evaluación son los siguientes:

- Diferencia los distintos segmentos corporales.
- Alcanza un grado de autonomía y de confianza.
- Conoce e utiliza su cuerpo como forma de expresión, el lenguaje corporal y sus códigos.

UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA CON ALUMNADO TDAH

- Participa activamente en cada una de las sesiones.
- Utiliza diferentes gestos para expresar sentimientos y estados de ánimo.
- Utiliza diferentes posturas para situaciones diversas.
- Improvisa individual o colectivamente sobre diferentes situaciones.

El maestro, evaluará al alumno de los ítems trabajados en cada sesión de la siguiente manera y mediante la siguiente tabla:

	POCO	NORMAL	BASTANTE	MUCHO
Diferencia los distintos segmentos corporales				
Alcanza un grado de autonomía y de confianza.				
Conocer e utilizar su cuerpo como forma de expresión, el lenguaje corporal y sus códigos.				
Participar activamente en cada una de las sesiones.				

Utilizar diferentes gestos para expresar sentimientos y estados de ánimo.				
Utilizar diferentes posturas para situaciones diversas				
Improvisar individual o colectivamente sobre diferentes situaciones				

Para realizar un seguimiento más específico y poder observar y analizar los procesos de aprendizaje del alumno, utilizaremos como instrumento una ficha de evaluación. De esta forma, nos permitirá comprobar si los escolares han adquirido los objetivos marcados con la práctica de las diferentes sesiones. En ella se registrarán diferentes aspectos sobre la evolución de cada alumno/a:

- Interés y actitud.
- Participación activa en las tareas de clase.
- Capacidad creativa e iniciativa.
- Capacidades expresivas en las diferentes tareas y actividades.
- Colaboración y respeto hacia los demás.

Así mismo, los alumnos serán evaluados de una forma personalizada, por lo que es necesario partir de sus propias posibilidades y observar cuál ha sido su progresión personal, sin tomar como referencia la totalidad del grupo. No obstante también se valorará el trabajo en equipo ya que creemos un factor importante del aprendizaje la resolución de conflictos en el grupo, así como la capacidad de expresión de las propias ideas y el respeto por hacia la de sus compañeros.

En cuanto al niño hiperactivo, registraremos otros ítems en su evaluación que nos ayudarán a comprender si el plan de intervención ha obtenido sus objetivos planteados. Los ítems serán los siguientes:

- Interactúa y coopera con el resto de compañeros del grupo-clase.
- Favorece el clima del aula.
- Participa sin distenderse de las actividades propuestas.
- Coordina su cuerpo.
- Mejora o mantiene la atención.
- Acepta las normas e indicaciones del profesor.

Alumno	Interactúa y coopera con el resto de compañeros del grupo-clase	Favorece el clima del aula.	Participa sin distenderse de las actividades propuestas.	Coordina su cuerpo	Mejora o mantiene la atención	Acepta las normas e indicaciones del profesor
Jorge						

5. CONCLUSIÓN

En la intervención que he realizado con el alumno con TDAH, tras haber hecho un seguimiento previo a Jorge, he podido comprobar la diferencia en su comportamiento entre las áreas que se desempeñan en el aula y Educación Física.

El hecho de realizar actividades motrices hace que nuestro alumno esté más motivado e incrementa su actitud participativa. Según Carriedo el área de educación física favorece a este tipo de alumnado, ya que parecen ser un lugar propicio, donde todos los alumnos participan en actividades placenteras, divertidas, organizadas.

Aun así, existen momentos en los que el niño persiste en su distracción. Según Orjales estos niños presentan una fácil distracción, por lo que no se ha podido conseguir mediante el área de educación física mediante sus actividades.

Concretamente, al realizar el plan de intervención con el alumno buscaba una atención inclusiva, que fomentará las relaciones interpersonales y la cooperación entre ellos, mejorando así sus habilidades sociales. Según el marco teórico, es muy importante desarrollar juegos cooperativos para realizar el trabajo en grupos, ya que estos juegos nos permiten evitar situaciones de rechazo y exclusión. Además, uno de nuestros objetivos también era que el niño participase sin distenderse. Para ello el profesor tiene que proporcionar apoyos a este tipo de alumnado en los juegos para que no se desconcentre.

La puesta en práctica de la secuencia didáctica realizada con el alumno con TDAH ha sido muy buena y ha progresado adecuadamente. El alumno ha ido de menos a más en cada sesión, por eso el resultado ha sido muy satisfactorio. Jorge ha mejorado en la expresión de los gestos junto la del cuerpo y ha ido realizando mejores movimientos con su cuerpo y con los demás, aparte de conseguir una mejor relación con sus compañeros conforme pasaban los minutos de cada sesión. Con la ayuda del profesor a la hora de hacer las actividades mediante apoyos y los juegos por parejas o en grupos le ha ayudado a progresar en las sesiones.

Hemos conseguido que el alumno aprendiera a expresarse libremente y a relacionarse con el resto de compañeros sin que surja ningún problema o conflicto en el espacio de clase, aparte de controlar los excesivos movimientos que realizaba y conseguir que los

realice en los momentos que se le pedía. Lo que no hemos conseguido que aprendiera era a respetar su turno, ya que se anticipaba al resto de compañeros.

Para concluir, puedo decir que ha habido un gran cambio en el alumno desde la primera hasta la última sesión, respecto consigo mismo y con el resto de compañeros.

Primero voy a tener en cuenta que los objetivos del plan de intervención se hayan cumplido. Puedo decir que todo lo que hemos trabajado ha producido un cambio en el alumno consiguiendo que el alumno desarrolle habilidades sociales con el resto de compañeros, desarrollando actividades de una menor actividad motriz para que el alumno se relaje, todo esto se hace posible diseñando unas buenas estrategias y diferentes recursos para trabajar con el alumno con TDAH. Para ello hemos contando con una gran diversidad de actividades tanto individuales, por parejas o diferentes grupos.

A continuación, teniendo en cuenta los objetivos específicos para el alumno con TDAH a lo largo de las 6 sesiones que he realizado. He conseguido con este alumno al realizar las actividades cambios significativos, como mejorar su atención para evitar su distracción a la hora de realizar cada actividad y que sepa lo que hay que realizar, que el alumno se exprese libremente por el aula sin que le ocurra nada, darle responsabilidad en el aula para que se sienta uno más e integrarlo con el resto de los compañeros para realizar juegos o actividades. Como puede ser llevar a cabo una serie de actuaciones:

-El profesor deberá proporcionar ayuda al alumno y realizar cambio de actividades.

-Darle una responsabilidad como puede ser sacar y guardar el material de clase.

-Reforzarlo positivamente cuando presente un buen comportamiento en las actividades.

Llevar a cabo este proyecto me ha hecho aprender mucho acerca del TDAH, sobre todo en relación con la Educación Física. En mi opinión, en los tiempos que corren es muy importante saber trabajar con niños diagnosticados de este trastorno. Ya que, como dije anteriormente, el TDAH es uno de los trastornos más diagnosticados en la actualidad. Tras completar el proyecto, mi nivel de satisfacción es muy elevado en relación a todo lo aprendido y trabajado, cómo he llevado a cabo el trabajo y, sobre todo, con el resultado final logrado, ya que al principio me parecía un proyecto ambicioso y complicado.

Creo que existe mucha documentación, ya sean artículos, libros o manuales relacionados con el TDAH, pero lo importante es saber filtrar esa información y muchas veces puede resultar complicado debido al elevado volumen de información que podemos conseguir hoy en día vía internet, libros, artículos, etc.

Gracias a toda esta documentación, leída y analizada detalladamente, puedo confirmar que he aprendido mucho acerca del TDAH y sobre cómo trabajar con alumnos diagnosticados de dicho trastorno. No es nada fácil, ya que antes de empezar con este proyecto apenas sabía nada acerca del TDAH. Tras esta aproximación creo que estoy más capacitado para trabajar con este tipo de niños y sobre todo para aprovechar más sus cualidades y sacar mucho más provecho de ellos mismos.

Lo primero que quiero resaltar es que a la hora de observar el desarrollo de las sesiones me fijé en todos los alumnos, pero especialmente en el alumno diagnosticado de TDAH, ya que era el principal motivo de la realización de esta intervención.

Los trastornos de conducta tales como el TDAH son comunes en nuestras aulas, afectando directamente al rendimiento académico y personal del niño o niña. El diagnóstico precoz es vital para paliar los efectos de hiperactividad e impulsividad.

Centrándonos en el área de educación física dentro del ámbito educativo, se convierte en un pilar fundamental, a la hora de conseguir una mejora de las conductas de este tipo de alumnos y alumnas. Además existe una gran multitud de actividades que ayudarán al alumno con TDAH a canalizar su energía, relajarse y adquirir muchos valores de trabajo en equipo y desarrollo de habilidades individuales que podrán ser útiles en su vida diaria, mejorando por tanto su rendimiento académico y su trastorno de conducta.

Para finalizar este trabajo me gustaría decir que la labor docente es una tarea difícil y exigente, donde te puedes encontrar con resoluciones satisfactorias y otras desfavorables a la hora de trabajar con alumnado TDAH. Cada caso hay que tratarlo de manera diferente ya que cada alumno es diferente al igual que cada profesor trabaja de diferente manera.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5), Washington, D.C.: American Psychiatric Association.

- Artiles Hernández C. y Jiménez González J.E.(2006). Escolares con Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH). Orientaciones para el profesorado. Canarias: Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias.(Disponible en www.gobiernodecanarias.org/educacion).
- Balbuena Aparicio, F., Barrio García, E., y González Álvarez, C. (et al.). (2004).Protocolo para la detección y evaluación del alumnado con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el ámbito educativo: guía para orientadores y orientadoras. Asturias. Consejería de Educación, Cultura y Deporte.
- Barkley,A (2002). Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales. Guía completa del Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). Barcelona. Paidós Ibérica.
- Carriedo, A. (2014). Beneficios de la Educación Física en alumnos diagnosticados con Trastorno por Déficit de atención con Hiperactividad (TDAH). Journal of Sport and Health Research. 6(1):47-60.
- Díez, A et al. (2006). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH): comorbilidad psiquiátrica y tratamiento farmacológico alternativo al metilfenidato. Revista pediatría atención primaria. Volumen. VIII, suplemento 4. Páginas (135-153). Navarra.
- Domínguez, G. (2010). La hiperactividad y la relajación en clases de Educación Física. Revista digital Buenos Aires, nº 142, 3-9.
- Fundaicyl. (2009). Guía para padres y profesionales de la educación y la medicina sobre TDAH. Castilla y León.
- Galve, J.L. (2009). Intervención Psicoeducativa en el Aula con TDAH. Psicología Educativa, 15(2), 87-106.
- González, E (2006) Trastorno de déficit de atención e hiperactividad en el salón de clases (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. Madrid
- Joselevich, E. (Compiladora). (2000). Síndrome de déficit de atención con o sin hiperactividad (A.D./H.D.) en niños, adolescentes y adultos. Buenos Aires: Paidós
- Merino, N. P. (29 de junio de 2012). Respuesta educativa en el alumnado con TDAH. Recuperado de:
<http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/7739/1/TFG-G%20855.pdf>
- Orjales, I. y Poliano-Lorente, A. (1999). Déficit de atención con hiperactividad. Manual para padres y educadores. Madrid: Cepe.
- Orjales, I. (2004). Déficit de atención con Hiperactividad. Madrid: Cepe.

Orjales.I(2010). Déficit de atención con hiperactividad: manual para padres y educadores. Madrid: Cepe.

Proyecto Ambezar. Orientaciones metodológicas. Recuperado de:

<https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=http%3A%2F%2Fwww.ambezar.com%2Ffiles%2Forientaciones-metodologicas-generales.doc>

Ripoll, J.C y Yoldi,M (2009).Alumnos distraídos, inquietos e impulsivos (TDA-H). Estrategias para atender su tratamiento educativo en Educación Primaria. Navarra:Cepe.

Rivero Corte, P (2010). Guía de Práctica Clínica sobre el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) en Niños y Adolescentes. Ministerio de Ciencia e Innovación.

Santurde del Arco E.; Del Barrio del Campo, J.A. `Los modelos de apego y los estilos educativos en niños con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad`. Recuperado de:

<http://www.fundacioncadah.org/web/articulo/tdah-apego-y-estilos-educativos.html>

TDAH. Trastorno por Deficit de Atención e Hiperactividad. Consultado el 16 de Marzo de 2016. Recuperado de: <http://www.tdahytu.es/>

