

## **Adaptaciones dentro del aula con un alumno con TDAH**

Las primeras medidas se dirigirán a realizar adaptaciones ambientales y metodológicas aplicables al mismo tiempo a todo el grupo. No se trata de reducir el nivel de exigencia sino de modificar las condiciones en las que se desarrolla la clase.

### Adaptaciones ambientales

- x Situar los pupitres delante (primera fila, cerca del profesor) de modo que se reduzca la dispersión.
- x Sentarle en un lugar tal que le podamos tener vigilado, lejos de distracciones y de las ventanas y junto a compañeros en los que se pueda apoyar para copiar o completar las tareas y no distraerle.
- x Se podría establecer en el aula una zona de relajamiento temporal, para que el alumno con TDAH pueda desconectar de periodos en los que le exigimos máxima atención, períodos que cada vez deben ir siendo más amplios, mientras que los tiempos de permanencia en la zona de relajación, deberían ir siendo cada vez más pequeños.

### Adaptaciones metodológicas generales

- x Comprenderle y ayudarle. Más que ningún otro niño necesita los apoyos positivos, elogios y ánimos.
- x Hacerle participar en clase: Animarle a hablar, responder, comentar.
- x Mostrar interés cuando está trabajando en su mesa. Acercarse a su mesa habitualmente y preguntarle si tienen dudas o necesitan apoyo y animarle a que siga trabajando. Un chasquido de dedos puede hacerle recuperar su atención. Acordar con él señas.
- x Preguntarle habitualmente, que salga a la pizarra, así conseguiremos que esté más atento, tenga más motivación y conozcamos mejor su evolución. Será una manera de saber mejor cuáles son sus conocimientos y no sólo los conocimientos que trasmite en los exámenes para poder evaluarle más justamente.
- x Supervisión constante, mirarlo a menudo. Se pueden pactar consignas (mejor silenciosas) para mejorar su comportamiento y rendimiento, y marcar las normas y los límites básicos dentro del aula.
- x Si la tarea es muy larga fragmentarla. Para facilitar su implicación en las tareas incrementar el número de veces que supervisáis su trabajo, que le pedís el cuaderno, que revisáis lo que lleva hecho.
- x Parece no escuchar cuando se le habla. Esto es debido a la cantidad de estímulos externos que le llegan y que el niño no es capaz de discriminar. Para captar su

atención de nuevo es conveniente buscar estrategias como puede ser el contacto físico (tocarle el rostro, el hombro...), contacto visual y proximidad a la hora de comunicarnos con él.

- x Supervisión de manera especial en los exámenes, darle más tiempo, incluso realizarle exámenes orales. Estos niños tienen además un mal concepto del tiempo, se pueden pasar medio examen enfrascados en una sola pregunta, por eso es necesario hacerles un seguimiento durante los exámenes. Animarle a que cambie de ejercicio.
- x Aprender a dar instrucciones: Establecer contacto ocular, se darán las instrucciones de una en una; concretas; cortas y en lenguaje positivo. Elogiarles inmediatamente.
- x Explicaciones de los contenidos motivadoras, dinámicas, participación frecuente de los alumnos, estructuradas, organizadas y asegurándose de que comprenden.
- x Asignación de deberes y tareas. Formato simple y claro y signado en una cantidad justa. Fragmentando actividades largas. Útil registros y contratos para planificación.
- x A la hora de transmitirle los deberes en vez de escribirlos en la pizarra es mejor darle fotocopias. Durante las clase sí se les debe escribir en la pizarra y sí se les debe dictar, puesto que tienen que aprender y mecanizar el sistema.
- x En los exámenes, es mucho mejor entregarle unas fotocopias con los ejercicios. Con ello evitaremos los errores que pueda cometer a la hora de escribirlo. Al tener mala escritura o escribir más despacio que sus compañeros, puede llegar incluso a comerse palabras y luego no entender lo que ha escrito, lo que le llevará a no realizar bien la tarea o examen.
- x Mientras explicamos una lección se perderá varias veces. Si hay alguna descripción que queramos que se aprenda y que no está reflejada en el libro debemos asegurarnos que la tenga escrita en el cuaderno.
- x Realizar periódicamente entrevistas individuales con el alumno, de seguimiento y motivación de su trabajo.

En resumen, más que modificaciones en el aula, lo que se necesita es supervisar, recordar, animar, incentivar, premiar, aprobar, alimentar, motivar y estimular.