

6 trucos para la memoria de los estudiantes con ADHD

Los niños con ADHD y discapacidades del aprendizaje tienen con frecuencia problemas para recordar y retener la información que se les enseña en el salón de clases. Para mejorar sus habilidades de memorización, ayúdeles a crear vínculos y asociaciones visuales, auditivas y conceptuales entre las piezas de información. A continuación enlistamos seis maneras de hacerlo:

1. **Dibuje o cree imágenes vívidas que muestren la información que necesita ser memorizada.** Como la memoria se mejora a través de la exageración, emoción, acción y color, mientras más ridícula y detallada la imagen, mejor. Para ayudarle a un estudiante con déficit de atención a recordar el significado de la palabra *felons* (delincuente) (que suena como *melons* (melones)), puede hacer una imagen de melones vestidos con ropa de presidiarios marchando hacia la cárcel. Para ejemplos en inglés visite: vocabularycartoons.com
2. **Enseñe estrategias de memorización.** Algunos ejercicio nemónicos incluyen: H-O-M-E-S (que significa 'casa', y que sirve para indicar en ese idioma (inglés) el nombre de Los Grandes Lagos: Huron, Ontario, Michigan, Erie, y Superior), y Dead Monsters Smell Bad (que significa 'Los Monstruos Muertos Huelen Mal', y sirve para indicar los pasos de las divisiones largas: divida, multiplique, reste, y baje el resto).
3. **Cree acrósticos u oraciones completas.** "Every Good Boy Does Fine" ('A cada niño bueno le va bien') es una manera excelente de ayudar a los niños con ADHD a recordar la secuencia de líneas en la clave (musical) de Sol. (EGBDF).
4. **Intente enseñar una serie o secuencia con melodía y ritmo.** Existen raps, rimas, y canciones que le ayudan a los estudiantes con déficit de atención a memorizar las tablas de multiplicar, los días de la semana, los presidentes de Estados Unidos, y así sucesivamente.
5. **Use canciones especialmente creadas para enseñar contenido al nivel del grado.** Musically Aligned (musicallyaligned.com) crea música y letras orientadas a enseñar el currículo de ciencias. Para la ciencia física existen canciones como "Electromagnetos" y "Calor, Luz y Movimiento". Para enseñar los conceptos de ciencias de la vida están "La banda de la cadena alimenticia" y "Descomponedores".
6. **Después de la lección, pídale a los estudiantes con ADHD que enlisten las cosas que recuerdan.** Pídeles que lo hagan lo más rápido que puedan, para así incrementar la evocación (recordar información).

Adaptado con permiso de sandrarief.com, *How to Reach & Teach Children with ADD/ADHD*, Segunda Edición, Copyright 2005, y *The ADD/ADHD Checklist*, Segunda Edición, Copyright 2008, escrito por Sandra F. Rief; www.additudemag.com/adhd/article/6605.html

Este publicación fue producido gracias a la subvención del Departamento de Educación de Estados Unidos; H328M150022 (PATH), H328M150023 (PEN), y H328M150024 (TEAM). Este contenido no representa necesariamente la política del Departamento de Educación, y no debe asumirse su aprobación por parte del gobierno federal.