

72 adaptaciones que pueden ayudar a los estudiantes con ADHD

Los niños y jóvenes con el Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (ADHD) tienen problemas en la escuela con frecuencia. La falta de atención, impulsividad, desorganización y otras dificultades pueden resultar en tareas incompletas, errores por falta de cuidado, y conducta inapropiada que le afecta al estudiante o a otros. A través de la implementación de adaptaciones relativamente simples y claras para el ambiente en el salón o el estilo de enseñanza, los maestros pueden adaptarse a las fortalezas y debilidades de los estudiantes con ADHD. Los pequeños cambios sobre cómo un maestro aborda al estudiante con ADHD, o lo que el maestro espera puede cambiar el escenario de perder un año, a otro de ganancia para el niño.

Estos son los ejemplos de las acomodaciones que pueden hacer los maestros para adaptarse a las necesidades de los estudiantes con ADHD:


1. Siente al estudiante en un área tranquila.
2. Siente al estudiante cerca de un buen modelo a seguir.
3. Siente al estudiante cerca de la maestra.
4. Siente al estudiante cerca del "compañero de estudio".
5. Incremente la distancia entre los pupitres o mesas.
6. Permita tiempo extra para completar las tareas.
7. Reduzca las tareas o lapsos de trabajo para que coincidan con el grado de atención; emplee un cronómetro.
8. Divida las tareas largas en varias partes pequeñas para que el estudiante pueda ver el final de cada tarea.
9. Asista al estudiante en establecer metas a corto plazo.
10. De las tareas una a la vez para evitar la sobrecarga.
11. Requiera menos respuestas correctas por grado.
12. Reduzca la cantidad de tarea para el hogar.
13. Instruya a los estudiantes en el auto-monitoreo de su conducta empleando señales (por ejemplo: levantar la mano; llamar).
14. Empareje las instrucciones escritas con las orales.
15. Provea la asistencia entre los compañeros para la toma de notas.
16. De instrucciones claras y concisas.
17. Busque involucrar al estudiante en la presentación de la lección.
18. Recuérdele al estudiante culminar su tarea (por ejemplo: usando una señal privada).

19. Ignore conductas inapropiadas de pequeño alcance.
20. Incremente la inmediatez de recompensas y consecuencias.
21. Use el procedimiento del *time-out* para la conducta inapropiada.
22. Supervise de cerca durante las transiciones.
23. Use reprimendas "prudentes" por las conductas inapropiadas (por ejemplo: evite los sermones o la crítica).
24. Preste atención a la buena conducta con halagos, etc.
25. Establezca un contrato de comportamiento.
26. Llame solo cuando levante la mano de manera apropiada.
27. Halague cuando levanta la mano para responder una pregunta.
28. Permita a los estudiantes levantarse algunas veces cuando trabajan.
29. Provea oportunidades para "levantarse de la silla" (por ejemplo, para hacer algo por la clase, etc.)
30. Provea breves descansos entre las tareas.
31. Recuerde a los estudiantes revisar el trabajo final si lo hacen apurados o no prestan atención.
32. Deles tiempo extra para completar tareas (especialmente a los estudiantes que se mueven más lento).
33. Provea seguridad y motivación.
34. De cumplidos con frecuencia ante la conducta positiva y el trabajo.
35. Hable de manera suave y de forma no amenazante si el estudiante muestra nerviosismo.
36. Revise las instrucciones cuando de nuevas tareas para asegurarse de que el estudiante comprende las instrucciones.
37. Busque oportunidades para que los estudiantes demuestren su rol de liderazgo en la clase.
38. Tenga conferencias regulares con los padres para aprender sobre los intereses y los logros fuera de la escuela.
39. Envíe notas positivas a la casa.
40. Haga tiempo para hablar a solas con el estudiante.
41. Fomente las interacciones sociales con los compañeros si los estudiantes se apartan o son excesivamente tímidos.
42. Refuerce con frecuencia cuando note signos de frustración.
43. Busque signos de estrés acumulado y provea motivación, o reduzca la carga de trabajo para aliviar la presión y evitar un estallido de temperamento.
44. Pase más tiempo hablando con los estudiantes que parecen reprimidos o que demuestran enojo con facilidad.
45. Provea un entrenamiento breve para el control del enojo: motive al estudiante a caminar, a usar estrategias para calmarse o que le comunique a algún adulto que se está molestando.
46. Si la lectura es débil: provea tiempo adicional de lectura; use estrategias de "vista de antemano"; seleccione páginas con menos texto; reduzca la cantidad de la lectura requerida; evite la lectura oral.
47. Si la lectura oral es débil: acepte todas las respuestas orales; sustituya la muestra por el reporte oral, motive al alumno a decirle sus ideas o experiencias nuevas; seleccione temas sobre los que el estudiante pueda hablar fácilmente.



48. Si el lenguaje oral es débil: acepte formas no escritas en lugar de los reportes (por ejemplo: muestras, oral, proyectos); acepte el uso de la máquina de escribir, procesador de palabras, grabadora; no asigne grandes cantidades de trabajo escrito; pruebas con respuestas múltiples o para completar espacios en blanco.
49. Si la matemática es débil: permita el uso de la calculadora, use papel cuadriculado para separar los números, provea tiempo adicional para las matemáticas; provea retroalimentación correcta, inmediata e instrucción vía video-modelamiento sobre el procedimiento de cálculo correcto.
50. Pida la ayuda de los padres para motivar la organización.
51. Provea reglas de organización.
52. Motive a los estudiantes a tener un cuaderno de notas con divisores y carpetas para los trabajos.
53. Provea a los estudiantes con un libro de tareas para la casa.
54. Supervise que escriban la tarea para la casa.
55. Envíe reportes de progreso diario/semanal a la casa.
56. Revise con regularidad la pulcritud del escritorio y los cuadernos, motive a la organización en lugar de penalizar el desorden.
57. Permita al estudiante tener un juego de libros extra en la casa.
58. No penalice por la mala letra si se debe considerar la presencia de defectos visuales-motores.
59. Motive el aprendizaje de las habilidades del teclado para escribir.
60. Permítale a los estudiantes grabar las tareas o trabajos.
61. De cumplidos cuando siguen las instrucciones, o por el comportamiento apropiado.
62. Provea la retroalimentación inmediata.
63. Use la atención del maestro como refuerzo positivo de la conducta.
64. Reconozca el comportamiento positivo de otro estudiante que esté cerca.
65. Implemente un sistema de manejo de la conducta en el salón.
66. Monitoree las interacciones sociales.
67. Establezca objetivos sociales de conducta con el estudiante e implemente un sistema de recompensas.
68. Estimule el comportamiento social apropiado, ya sea de manera verbal o con una señal privada.
69. Motive las tareas de aprendizaje cooperativo con los otros estudiantes.
70. Provea el entrenamiento en las habilidades sociales en grupos pequeños.
71. Halague al estudiante con frecuencia.
72. Asigne responsabilidades especiales al estudiante para que otros observen a este desde un punto de vista positivo.

Se hicieron revisiones al artículo original; el original fue provisto por Attention Deficit Disorder Resources. Este artículo fue escrito por Harvey C. Parker, Ph.D, psicólogo clínico y cofundador de CHADD (Niño y Adultos con ADD)

 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.



PATH Project: 1-800-866-4726



PEN Project: 1-877-762-1435



TEAM Project: 1-877-832-8945

www.partnerstx.org