Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica Logroño Este

mail:eoep.logrono.este@larioja.org

Dirección c/. Rodriguez Paterna nº 26

26001 Logroño Tfno. 941251771

**Orientaciones para profesores de alumnos con T.D.A.H.**

Cuando se trata de reducir y controlar el comportamiento de los niños hiperactivos en el colegio es imprescindible que los maestros implicados adopten actitudes favorables y positivas, y diseñen un sistema de aprendizaje escolar que tenga en cuenta las habilidades, destrezas y limitaciones que presentan estos alumnos. Para facilitar en un primer momento esta tarea y ayudar a profesores y educadores en general a mejorar el clima y la dinámica de las clases, los expertos proponen, a modo de orientación, las siguientes recomendaciones y sugerencias prácticas:

1. Relacionarse con los niños de forma tranquila y relajada, prestando atención a sus comportamientos adecuados (permanecer sentado, realizar las tareas propuestas, etc.) e ignorando las conductas inadecuadas y perturbadoras.

2. Mostrarse firme y seguro cuando se han de cumplir las reglas y normas escolares, pero evitar las amenazas, castigos y reprimendas. Emplear sistemas de puntos, fichas y otros privilegios para controlar el comportamiento desadaptado. Alabar al propio niño por sus logros diarios y elogiar a otro alumno como modelo de conducta a seguir.

3. Transmitir confianza en los progresos y habilidades del niño. Éste debe percibir que el profesor espera que actúe correctamente y cumpla con sus deberes escolares. Es aconsejable disponer un sistema de aprendizaje diario, estructurado y en el que se planteen tareas de dificultad progresiva, breves (10-15 minutos) v adecuadas a su ritmo de aprendizaje. Con ejercicios que están al alcance de sus posibilidades, los niños hiperactivos obtienen éxito y aumenta su confianza y autoestima.

4. Combinar actividades propiamente escolares con ejercicios para desarrollar inhibición muscular, aprender a relajarse e incrementar la concentración. Por ejemplo: enseñar a los alumnos a respirar lentamente, cerrar los ojos y atender a un sonido lento y regular, emplear mecedoras, balancines y objetos de textura suave para estimular la relajación, etc.

5. Proponer tareas específicas para que las realicen los niños hiperactivos, por ejemplo, borrar la pizarra y practicar ejercicios para reducir la tensión, como golpear rítmicamente el lápiz, balancear las piernas, estimular las muecas y gestos con la cara, etc.

6. Planificar dramatizaciones y representaciones de historias y cuentos en los que aparecen personajes que se dicen a sí mismos frases como las siguientes: «¿Qué es lo que tengo que hacer?, «Debo ir despacio, tranquilo», «Estoy aprendiendo a relajarme», «Puedo hablar despacio y suavemente», etc.

7. Fomentar actividades como escuchar narraciones v después pedir a los niños que resuman y describan qué ha sucedido, cuántos personajes han intervenido, cuál ha sido el final de la historia, etc.

8. Practicar ejercicios de secuencias. Acostumbrar al alumno a oír y observar letras, números, símbolos y después repetirlos o copiarlos.

9. Por último, señalar que padres y profesores deben trabajar en colaboración y cooperar mutuamente para fomentar la confianza de los niños, estimular sus destrezas y habilidades a un ritmo adecuado disponer el ambiente familiar y escolar para hacerles más fáciles sus pequeños progresos diarios.