

REVISIÓN DOCUMENTAL SOBRE LAS TEORÍAS DE LAS ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN NIÑOS CON TDAH

David Alejandro Zuluaga Posada y Nathaly Rojas Rendón¹

Resumen

El presente trabajo, analiza las teorías que existen sobre estrategias didácticas, que permiten un mejor desempeño, por parte de los docentes, en el proceso de enseñanza – aprendizaje, para los niños que tienen como TDAH, durante las clases de Educación Física, y de esta manera, aportar a los estudios sobre la forma como debe ser el entorno académico para los alumnos con este tipo de trastorno. Para esto, se realizó una revisión documental, donde, por medio de un enfoque cualitativo y utilizando fichas bibliográficas, se pudo establecer las principales estrategias, con sus categorías, que se pueden implementar en el área de Educación Física con los niños con TDAH. Se determina que cada una puede ser aplicada según el tipo de alumno y la preparación del docente, aunque se aconseja que las personas que hagan parte del entorno académico de los niños, estén capacitadas para tratar el TDAH, y para innovar sobre las acciones que se deben llevar a cabo en el aula de clase.

Palabras clave: Estrategia didáctica, cognitivo, creatividad, participación, innovación

¹ Estudiantes del programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Católica de Oriente. Correos electrónicos: david_melele@hotmail.com

Abstract

The present work analyzes the theories that exist about didactic strategies, that allow a better performance, on the part of the teachers, in the teaching-learning process, for the children who have ADHD, during the Physical Education classes, and of In this way, contribute to studies on the way the academic environment should be for students with this type of disorder. For this, a documentary review was carried out, where, through a qualitative approach and using a bibliographic file, it was possible to establish the main strategies, with their categories, that can be implemented in the area of Physical Education with children with ADHD, determining that each can be applied, according to the type of student and the preparation of the teacher, although it is recommended that people who are part of the academic environment of children are trained to deal with ADHD, and to innovate on the actions that they must be carried out in the classroom.

Key words: Didactic strategy, cognitive, creativity, participation, innovation

Introducción

En los diferentes Proyectos Educativos Institucionales (PEI) de gran número de Instituciones Educativas del país, se han tenido políticas claras de inclusión con un enfoque curricular flexible, proponiendo adecuaciones para los estudiantes que lo requieren, con un seguimiento claro de los avances de estos niños, jóvenes y adolescentes, donde se incluyen los niños con TDAH, teniendo como base fundamental los ritmos y estilos de aprendizaje de estos educandos con necesidades educativas especiales.

La diversidad forma parte de la realidad actual, y en el ámbito escolar, cada estudiante tiene una forma de ser y pensar, unas características propias que lo identifican y lo diferencian del resto, así como unas necesidades únicas y concretas. Dentro de estas diferencias, se encuentran los menores con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), patología que se presenta en los niños en edad escolar y que compromete un conjunto de características, afectando su proceso de aprendizaje e integración en los diferentes ámbitos de la vida.

El TDAH es uno de los posibles causantes del fracaso escolar. Sin embargo, en la bibliografía revisada se observa que el profesorado de Educación Física que trabaja con alumnado con este trastorno, en muchas ocasiones, no es consciente de los beneficios que la práctica del ejercicio físico podría producir, ni de cómo tratar a los estudiantes en sus clases. Así mismo, muestran que la práctica de actividad física podría producir beneficios en la función cognitiva, la coordinación motora, el rendimiento académico, las habilidades sociales, entre otros beneficios.

Como experiencia en el aula, se ha observado empíricamente que a estos niños muchas veces se les excluye de algunas actividades académicas y sociales (entre las que se encuentra la clase de educación física), por no tener unas estrategias para trabajar con ellos, ya sea como un castigo por no “portarse bien”, o porque los docentes consideran que es más difícil controlar a un estudiante con estas características fuera del aula de clase.

Este proyecto de investigación servirá de base para docentes en el área de la educación física, ya sean titulados o no en esta licenciatura, y así ejecutar sus clases de manera más efectiva con esta población, sin que exista exclusión. Es así, como en las instituciones permitirá el conocimiento y gestión de estrategias que favorecerá la adquisición de

habilidades sociales en niños con TDAH, lo que servirá de antecedente para futuras investigaciones en la temática de diversidad e inclusión escolar; en relación al programa de Licenciatura en Educación Física Recreación y Deporte de la Universidad Católica de Oriente, donde podrá ser un insumo para reflexionar sobre la necesidad de ampliar la temática de la diversidad en la enseñanza motriz. A nivel social, este proyecto mostrará la importancia de proponer la escuela inclusiva, donde el respeto a las diferencias y el respeto a los demás, sea el pilar educativo para el desarrollo de personas como individuos sociales.

Para esto, se analizan las estrategias didácticas utilizadas, según la documentación existente, para la enseñanza de la Educación Física, partiendo de la definición de estrategias, hasta las subcategorías existentes, que tienen como propósito, hacer más inclusiva el aula de clase para los alumnos que padecen TDAH, los cuales deben gozar, así como todos los estudiantes, del derecho a la educación y a la no discriminación.

Así, la presente reflexión, partió de un proyecto de investigación, que tuvo como objetivo general, determinar las teorías sobre las estrategias didácticas para la enseñanza de Educación Física en niños con TDAH, a partir de una revisión documental en diferentes publicaciones nacionales e internacionales, y a partir del cual, se desprendieron los siguientes objetivos específicos: Conocer el concepto y los tipos de estrategias, así como los criterios para su elección y aplicación, identificar las estrategias creativas y participativas en la literatura, con las subcategorías correspondientes, identificar las estrategias atencionales y cognitivas en la literatura, con las subcategorías correspondientes, identificar las estrategias tradicionales en la literatura, con las subcategorías correspondientes e identificar las estrategias individualizadas en la literatura, con las subcategorías correspondientes.

Para reflexionar sobre la temática de la diversidad en la enseñanza motriz, a la vez que mostrar la importancia de proponer la escuela inclusiva, donde el respeto a las diferencias y el respeto a los demás sea el pilar educativo para el desarrollo de personas e individuos, se establecieron el uso de estrategias de enseñanza, al ser las acciones que el docente realiza dentro del aula de clase, para ofrecer, de la mejor manera, la información al alumno, que en algunos momentos presenta barreras en el proceso de aprendizaje, debido a trastornos de los mismos estudiantes, como el TDAH, pudiendo ser tratados en actividades donde no se requiera mucha concentración, como es el caso de las clases de Educación Física.

Diseño metodológico

El trabajo de investigación se orientó desde un enfoque cualitativo. Hernández, Fernández y Baptista (2014), definen que en los estudios cualitativos el desarrollo las preguntas y de las hipótesis, se pueden hacer “antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos”, permitiendo el descubrimiento de las preguntas de investigación más importantes, así como su perfeccionamiento y posterior respuesta.

Se realizó una revisión documental, la cual, según Núñez y Villamil (2017), hace referencia a una técnica, donde se procede a la recolección de información escrita, relacionada con un tema determinado, y cuyo propósito, es obtener variables relacionadas de forma directa e indirecta sobre el mismo tema, por lo que, en esta investigación, es necesario el análisis de estudios que se han realizado sobre el tipo de estrategias educativas, que permitan adaptarlas a estudiantes con TDAH.

Los instrumentos utilizados fueron fichas bibliográficas, que sirvieron de insumo para hacer la categorización de las estrategias empleadas, divididas por subcategorías, cada una basada en los principales fundamentos teóricos de los documentos analizados.

Resultados

En este apartado de resultados, se caracterizaron las diferentes definiciones que hay sobre las estrategias de enseñanza, posteriormente se lograrán identificar las categorías centrales y que dan cuenta de las estrategias encontradas en la literatura, como son: las tradicionales, caracterizadas por el control del profesor sobre lo que se va a enseñar; las individualizadas, que tienen en cuenta los intereses de los estudiantes; las grupales, donde participan los estudiantes; y las cognitivas, que integran al alumno en la realización de las tareas. (Alcaldía de Medellín, 2014)

Respecto a las estrategias de enseñanza

Es importante entrar a definir las estrategias de enseñanza, para comprender la relevancia que estas tienen durante el proceso de aprendizaje, y por lo tanto, conocer cuál es la razón por la que existen diferentes metodologías. Es así, como se puede comprender, que estas estrategias, hacen referencia a las actividades realizadas por el docente, con el objetivo que faciliten la disciplina del estudiante durante su formación y aprendizaje (Sánchez Blum, 2018).

De acá se parte, que tanto los docentes como las organizaciones educativas, deben tener programas que sean institucionalizadas, es decir, que no respondan solo a una

determinada época, sino que caracterice los métodos que siempre serán utilizados durante todo el tiempo que dure el proceso de formación de sus estudiantes.

Por eso, el término estrategia está relacionado con la visión, el horizonte y las perspectivas, que se tienen a largo plazo, donde debe existir un cambio de la situación, tomando acciones de forma sistemática que lleven a un fin, teniendo en cuenta, que, la estrategia que se ejerza, es intencional, para aprovechar las fortalezas que posee el estudiante, y minimizar sus debilidades (Valda Paz, 2018).

Así mismo, tratando de los tipos de estrategias, estas se encuentran divididas en: emocionales, afectivas y el control del contexto (Sánchez Blum, 2018). De acá, se puede apreciar que las mismas estrategias deben abordar todo el ser integral de los estudiantes, empezando por su parte interna, lo que siente y piensa, hasta llegar al entorno en el cual se desenvuelve, que tiene mucho que ver en la educación del alumno, debido a la influencia que ejerce sobre él.

En este entorno, se debe empezar a analizar el más inmediato para los alumnos, es decir, el familiar, donde los padres, como primeros y principales educadores, tienen un papel fundamental en la implementación de estrategias, donde sus propios hijos, puedan obtener el conocimiento necesario.

Precisamente, por los lados de los criterios que se deben tener en cuenta para elegir estrategias, y que se alejen de aquellas donde se utilicen medicamentos, se puede tener en cuenta a los padres de familia y la forma como estos intervienen, al igual que los tratamientos conductuales, sumados a los procedimientos que permitan valorar y planificar otros métodos a utilizar (Rodríguez Salinas Pérez, 2006).

Sumado a las estrategias que se deseen implementar, es recomendable la utilización de algunas, que, si bien se sale de lo tradicional, y tal vez no han sido tenidas en cuenta por muchos investigadores, ofrecen una visión diferente sobre el proceso de aprendizaje, y a la vez, podrían tener mejores resultados, como es el caso del arte, la cultura y la lúdica.

Entre estos programas de intervención, se encuentra la actividad física, donde se permite variar la duración y utilizar metodologías diferentes, para medir los efectos que se tienen sobre los niños con TDAH, y así, obtener unas herramientas más variadas, que permitan reducir de los síntomas producidos por este trastorno, llevando a los alumnos a ser más saludables (López Sánchez, 2015).

Se debe tener en cuenta, que todas las expectativas durante el proceso deben ser expresadas, así como el mantener un estímulo constante con los niños (Vidarte Claros, 2010). Estos puntos son muy importantes, pues la comunicación constante entre quienes hacen parte del proceso, no solo permite mantener una información fluida y eficaz, sino que convierte a cada una de las personas, en individuos transcendentales.

Estrategias creativas

Libre exploración

Entre las estrategias creativas, la libre exploración permite darles libertad a los estudiantes en el proceso de aprendizaje, es decir, que ellos mismos se vayan convirtiendo en sus propios docentes, o que caminen, de forma independiente, a la adquisición de conceptos y enseñanzas, utilizando actividades como la lúdica, pues para permitir la libre

exploración, se recomienda que el juego debe ser utilizado como una de las herramientas principales (Ochoa García, 2010)

Esta utilización del juego, se vuelve más relevante en el caso de los docentes de Educación Física, ya que ellos acostumbran a realizar un trabajo con niños, por lo que, constantemente, es necesario se estén cuestionando sobre la forma como innovan para que los alumnos estén influenciados por ellos (Ochoa García, 2010).

Cuando un profesor sea capaz de reconocer la curiosidad e inquietud como una herramienta más para el proceso de enseñanza-aprendizaje, logrará hacer un verdadero cambio en este proceso, rompiendo esquemas ya establecidos, interesándose en intentar cambios e innovando a través de la investigación (Ochoa García, 2010, p. 61).

Existen otras actividades que, aunque no son juego, están catalogadas, dentro de la enseñanza tradicional, como lúdicas, ya que permiten a los estudiantes dejar a un lado las preocupaciones de la jornada académica, por otras actividades que lo alejan de la rutina, y que, por medio de la diversión, también se puede generar un vínculo entre el entorno estudiantil, y a la vez, seguir aprendiendo.

Es así, que, junto con el juego, existen otros recursos que los docentes pueden utilizar, como es el caso del teatro, y así, variar en el desarrollo de la clase, siendo importante el constante cambio de actividades, algo que se sabe es primordial al momento de tratar alumnos con TDAH (González Escudero, 2015).

Es así, como el teatro como lenguaje artístico, metafórico, simbólico, es un fenómeno cultural, social y a la vez comunicacional, que debe ser concebido como una herramienta y estrategia pedagógica y didáctica al servicio del desarrollo integral de los niños, específicamente los que tienen necesidades educativas especiales y requieren de ayuda (Orozco Peña, 2012, pág. 73).

Al presentarse problemas conductuales por parte de los niños, existen las manifestaciones artísticas como una herramienta útil e importante para el proceso educativo,

ya que el ser humano se forma de modo íntegro (Orozco Peña, 2012), y es acá, donde el teatro, si se aprovecha bien, se convierte en una estrategia didáctica aliada de la enseñanza, para aumentar el interés y la motivación por aprender (Orozco Peña, 2012).

El poder de la música, también se hace presente en este tipo de estrategias que se salen de las tradicionales. La música está presente en los niños desde que nacen, e incluso, antes de nacer, en el vientre materno, ya son estimulados, debido a investigaciones que muestran los beneficios de esta práctica que cada día tiene más adeptos.

Por eso, también se puede hacer uso de la música, más exactamente de canciones, pues se ha permitido demostrar que aquellos ritmos que se caracterizan por ser constantes y lentos, no ejercen ningún estímulo hacia los niños con TDAH; por el contrario, los ritmos más variados y rápidos, ayudan a la mejor canalización de sus energías, pues requieren la realización de actividades donde los alumnos puedan moverse. (Acebes de Pablo, s.f.)

Una de las características de la música, es que permiten la utilización de diversas herramientas para producirla, y que pueden servir a la motivación e innovación en el aula de clase, ya que cualquier elemento que esté al alcance de los docentes y alumnos, puede ser una fuente musical.

Por eso, los ejercicios musicales, se recomiendan realizarlos utilizando la percusión corporal, las dramatizaciones musicales, la creación, las coreografías, y también utilizando varios instrumentos, para lograr que los niños dejen su hiperactividad a través del movimiento, realizando, al mismo tiempo, un buen proceso de aprendizaje (Acebes de Pablo, s.f.).

Orientación hacia la autonomía y libertad

Otro componente de las estrategias creativas, tiene que ver con la orientación hacia la autonomía y la libertad, pues para esto, se necesita que los estudiantes, orientados por los docentes, sean creativos al momento de tomar sus propias decisiones y resolver las diferentes situaciones que se le presentan.

Pero todo esto empieza con la formación de los profesores, la cual debe tener un abundante componente teórico, ya que esto les permiten ser creativos, algo necesario para el acompañamiento en el proceso complejo que tienen con los alumnos con trastorno (Sánchez Blum, 2018).

Sin embargo, hay que tener sumo cuidado al momento de utilizar el juego dentro del proceso de aprendizaje, ya este solo es un complemento a las actividades académicas; en ningún momento se puede convertir en materia principal o en reemplazo de las estrategias ya planeadas por el cuerpo docente.

Por eso, se recomienda que, en el proceso de aprendizaje, incluso con los alumnos que tengan TDAH, la utilización del juego, sea considerado como una buena estrategia que puede complementar el estudio, más no como una actividad dominante en la clase de Educación Física (Orozco Peña, 2012).

Por último, también se pueden variar hacia otras actividades, que, aunque no tengan un carácter lúdico, sí permite que se cuestionen sobre diferentes aspectos de sus vidas y su existencia, manteniendo la autonomía y libertad en su pensamiento y en lo que sienten, con el propósito que ellos mismos se vayan convirtiendo en individuos responsables.

Se recomienda que en las actividades variables, es decir, diferentes a las ya realizadas, incluyendo las lúdicas, se incluyan otras asignaturas, donde los alumnos puedan aprender de otros temas, con el propósito de conocer cuáles son las inclinaciones académicas de ellos, pues este conocimiento permite diseñar estrategias que potencien la concentración (González Escudero, 2015).

Estrategias tradicionales

Mando directo

El mando directo es, talvez, la más tradicional de las estrategias, ya que hace referencia a mantener un estilo muy militar en la forma de enseñar, donde la repetición de los ejercicios, responde a la actitud que debe tener el docente, la cual es lineal, es decir, sigue un libreto preparado con anterioridad y no se sale de él.

Debido a esto, el mando directo sigue siendo una de las estrategias más usadas en cuanto a la educación especializada se refiere, ya que procura, que los programas utilizados durante este proceso de aprendizaje, puedan modificar la conducta de los estudiantes que presentan problemas en su comportamiento, debido a que están asociados con el trastorno del TDAH (Sánchez Blum, 2018).

Es por esta razón, que, aunque el día de hoy se puede pensar que los alumnos son los principales protagonistas en la intervención educativa, pero realmente, es el docente el que ejerce protagonismo en el mando directo, al cual se le recomienda que esté acompañado por personal capacitado durante todo el tratamiento, como un psicólogo, hasta el momento de la evaluación (Rodríguez Salinas Pérez, 2006, pág. 180).

Durante el proceso ejercido en esta estrategia, el profesor debe tener la potestad para la aplicación de métodos educativos, como la disciplina y las normas, para poder manejar la clase. Estos conceptos, permiten que las mismas normas sean recordadas, de forma periódica, por los estudiantes, reforzando, específicamente, aquellas habilidades que estos tienen, que se pueden desarrollar dentro de la clase o en la educación especializada. (Rodríguez Salinas Pérez, 2006).

El mando directo, busca modificar conductas, como el elogio, la recompensa y el establecimiento de límites (López Sánchez, 2015, pág. 136). Aquí se puede apreciar, que el docente no solo debe tener un comportamiento militar para tratar a los estudiantes, ya que se considera que es la mejor forma de implementar límites, también, al modificar el elogio y la recompensa, se necesita una actitud más humana, pues estos dos elementos se logran conociendo mejor a los estudiantes, para saber cuáles son sus gustos y sentimientos.

En definitiva, al elegir la utilización de una de las estrategias, se requiere abordar actividades rutinarias, que estén estructuradas y que establezcan reglas, pues se tiene el concepto que la disciplina le exige a los alumnos a estar más concentrados al realizar las tareas, ya que se conceptualiza mejor los términos de castigo y recompensa, ya sea que una actividad se realice mal o bien (Vidarte Claros, 2010).

Es por eso, que, en el mando directo, también puede ser utilizada actividades como el teatro, ya que el mismo docente es el director, por lo que los alumnos responden a las directivas de él, pues el mismo profesor tiene que alguien estratégico para enseñar a los estudiantes, permitiendo que estos tomen decisiones y resuelvan problemas, a la vez que lleva a contribuir al proceso intelectual y cognitivo, que la actividad teatral requiere, y que ayuda a los niños con TDAH (Orozco Peña, 2012).

En definitiva, cualesquiera que sean los métodos que el docente decida implementar dentro del aula de clase para tratar a niños con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad, igualmente, requiere preparación y formación, para la utilización de las mejores técnicas, que pueden ir, desde actividades lúdicas y culturales, hasta la relajación y el control de los impulsos (Fundación CADAH, 2014).

Existen otros métodos, que, si bien están alejados de las estrategias educativas conocidas, pueden ser implementados dentro del aula de clase, como es la forma que el docente se debe comportar ante los estudiantes que presentan TDAH, para evitar su desconcentración.

Entre los métodos que se alejan de las estrategias, están, por ejemplo, la ubicación de los estudiantes con más peligro a distraerse, cerca de donde está ubicado el profesor, y alejado de sitios distractores como ventanas y puertas, con el propósito de mantener toda la atención posible durante la clase (Siegenthaler Hierro, 2011)

El lugar en el que deberá estar sentado el niño es a la vista del profesor y junto algún compañero que puede supervisarle y ayudarlo en las dudas que pueda tener. Hay que tener en cuenta la necesidad de no sentarlo cerca de estímulos que puedan ser distractores (Santurde del Arco, 2011, pág. 311).

Como ya se ha planteado antes, el mando directo, al mantener un espíritu militar en la forma como el docente lleva y trata a los estudiantes, se busca que se implementan hábitos, que, precisamente, se acercan al ambiente de un cuartel, como lo son mantener el orden y adquirir rutinas, que posibiliten un desarrollo significativo en el aprendizaje sobre los niños con trastorno de atención e hiperactividad (Valda Paz, 2018).

Es importante, que los educadores y las instituciones educativas, permiten que las actividades dentro del claustro, se realice de una forma activa e integrando a los estudiantes,

para lo que se requiere que el método de enseñanza que elijan sea adaptado para estos fines, pudiendo utilizar diferentes estilos de aprendizajes (Valda Paz, 2018). Precisamente, “la terapia conductual constituye un amplio set de intervenciones que tienen como objetivo modificar el ambiente físico y social para cambiar la conducta” (Rodillo, 2015, pág. 56).

Asignación de tareas

La asignación de tareas difiere mucho del mando directo, ya que acá se busca que los alumnos tengan más autonomía e individualización, donde ellos mismos asumen la responsabilidad de las decisiones que toman, aunque esto sea de forma parcial, ya que las tareas siguen siendo las mismas, aunque se busca que repitan los mismos ejercicios del profesor, ellos van teniendo más autonomía y terminan siendo más activos en la clase.

De igual forma, existen formas de asignar estas tareas para el óptimo manejo de las clases, pues esta tiene que ser la búsqueda constante de los docentes, no convertir sus asignaturas en temas donde los estudiantes no se pueden desarrollar integralmente, ni tampoco ir más allá de sus expectativas, pues esto lo que logra, es la mecanización de la enseñanza.

Por esto, existen tácticas como es la utilización del planteamiento didáctico como estrategia educativa, que busca que las actividades realizadas se lleven a cabo de forma progresiva y secuenciada, con el propósito de evitar repeticiones (Rodríguez Salinas Pérez, 2006).

Sin lugar a dudas, aunque se opte por esquemas libres en la enseñanza, como la asignación de tareas para que los alumnos vayan adquiriendo autonomía, también es

necesario que la disciplina siga jugando un papel fundamental en el proceso educativo, pues esta permite que constancia y orden por parte de los estudiantes.

Y es por eso que la disciplina y tener una óptima relación afectiva, ayuda al desarrollo de las habilidades que los alumnos poseen, pero teniendo en cuenta, que estas actividades, no son recomendables realizarlas en largos períodos de tiempo y que tampoco estén revestidas de cierta complejidad, que es les dificulte a los alumnos con TDAH (López Sánchez, 2015), por lo que se recomienda, la escogencia de tareas donde los movimientos realizados sean lentos y se puedan controlar, como fórmula para la disminución de la hiperactividad en los niños con este trastorno (Vidarte Claros, 2010).

Esto también es aplicable a la actividad físico – deportiva aeróbica, la que se recomienda realizarla con una intensidad moderada, pues de esta forma se tiende a mejorar las funciones neurocognitivas, así como el control inhibitorio y lo más importante para las instituciones educativas, el rendimiento académico de quienes padecen TDAH (Lomas Rivera, 2017).

Estrategias individualizadas

Organización por grupos

Las estrategias individualizadas, aunque siguen bajo el mando del docente, se busca que este no se encuentre muy presente en las actividades, para que el alumno, asumiendo su responsabilidad, dé lo mejor de sí mismo en las tareas. Y en cuanto al trabajo en grupo, lo que se busca es que, sin la influencia directa del docente, los estudiantes atiendan, entre ellos mismos, sus propias diferencias.

Todos los alumnos tiene habilidades que permiten su adaptación al entorno, las cuales, aplicadas en la población con TDAH, permite el desarrollo de otras habilidades funcionales que, presentadas en un contexto natural, parten de las necesidades físicas, emocionales, cognitivas, familiares, sociales y comunicativas de los individuos, que repercuten su calidad de vida e independencia (Sánchez Blum, 2018).

Precisamente, es bueno que los docentes conozcan cuáles son esas habilidades adaptativas, teniendo en cuenta que hacen parte de las capacidades y las destrezas que los estudiantes tienen para su adaptación y satisfacción, de un entorno que les exige. Tales habilidades son: La comunicación, el autocuidado, la vida hogareña, las habilidades sociales, la utilización de recursos dentro de la comunidad, la autodirección, la salud y la seguridad, las habilidades Académicas Funcionales, el uso del tiempo libre y el trabajo (Sánchez Blum, 2018).

Debido a que el concepto de grupo hace referencia a la reunión de varias personas, muchas veces buscando un objetivo común, es importante que el entorno del estudiante con TDAH, sea tenido en cuenta al momento de implementar estrategias educativas en el área de Educación Física, ya que esto le da más seguridad, y por ende, se pueden alcanzar mejor los propósitos.

En este entorno, la familia es clave en el proceso de aprendizaje. Su compromiso repercute en la motivación del estudiante, donde es más factible que éste continúe con el trabajo escolar desde su hogar, sin dejar a un lado la responsabilidad del equipo de docentes, que, junto con los padres, deben estar coordinados (Martínez Suárez, 2010).

También es importante, para que los estudiantes con TDAH estén más comprometidos con el proceso que se vive en la institución educativa, que las tareas asignadas a ellos, estén relacionadas las experiencias y los intereses, tanto de los mismos alumnos como de su entorno académico, y así, ayuda que los objetivos propuestos sean recordados y concretados para llegar a la meta (Siegenthaler Hierro, 2011).

El ambiente donde se desarrollan las actividades, debido a la grupalidad de estas, debe estar acorde con las exigencias de la asignatura, es decir, se pretende que el escenario sea amplio, con los espacios suficientes para facilitar la movilidad de las personas, sobre todo el docente, y de esta forma, tenga un acceso más fácil y rápido hacia los estudiantes (Siegenthaler Hierro, 2011).

En la organización grupal, también pueden ser utilizadas las actividades alternativas que han sido recomendadas, como las que tienen que ver con la lúdica, el teatro y la música, entre otras, ya que estas permiten interactuar con las demás personas, independientes si tienen o no algún trastorno de aprendizaje.

Es por esto, que si el docente se resuelve a utilizar la música para las actividades grupales, se recomiendan que sean canciones con instrumentos, ya que la interacción con los demás miembros, permite que en algunos momentos solo deberán tocar los instrumentos que se les indique y en el momento preciso, porque los estudiantes que padecen TDAH, suelen tocar antes de tiempo, por lo que esta actividad ayuda a controlar la impulsividad (Acebes de Pablo, s.f.).

Enseñanza modular

En la educación moderna, se ha puesto de moda la enseñanza por medio de módulos de aprendizaje, con el propósito que ellos mismos los utilicen según sus intereses y en el tiempo que vean adecuado. Esta forma de enseñanza modular, permite que existan niveles donde los alumnos perciban su progreso.

En la Educación Física, los docentes tienen una tarea difícil, pues deben buscar la compatibilización de los intereses que tengan los estudiantes como grupo, con los alumnos que tengan características individuales en el aprendizaje (Ochoa García, 2010), por lo que se recomienda la no utilización de tareas complejas y largas y mantener las técnicas de modificación de conducta ya enunciadas: el elogio, la recompensa y el establecimiento de límites (López Sánchez, 2015).

Dentro de las actividades lúdicas ya planteadas, también ingresan unas que son caracterizadas por su disciplina, como lo son las artes marciales, ya que son célebres por el respeto y el autocontrol que genera en sus practicantes, siendo, de igual forma, objeto de estudio en el TDAH (Fundación CADAH, 2014). Estas estrategias alternativas y de inclusión, han demostrado ser eficaces en el progreso académico, social y emocional de los alumnos con trastornos del aprendizaje (Siegenthaler Hierro, 2011).

Estas estrategias que sirven de complemento a los docentes, como herramientas para el desarrollo del proceso educativo, deben ser utilizadas con sumo cuidado, ya que cada alumno es un mundo aparte, es decir, tiene una forma de procesar la información diferente a los compañeros.

El trato con los niños que presentan TDAH, debe ser cuidados, por lo que se recomienda que

Se debe tener cuidado, al momento de llamar la atención de un estudiante con TDAH. En caso de ser necesaria esa situación, se debe advertir al alumno distraído de manera individual, llamarle por su nombre. Si este paso es ineficaz, conviene hacer una advertencia personal privada (Alvarez, 2014, pág. 59).

Implicación cognitiva

Descubrimiento guiado

En el descubrimiento guiado, se busca que el docente proponga un reto al alumno, donde se trabaje la psiquis y la motricidad, con la orientación del profesor en el aprendizaje, permitiendo que sean los mismos alumnos, quienes llevan a cabo la investigación, tomen sus propias decisiones y hagan sus propios descubrimientos.

En este proceso de descubrimiento guiado, la intervención Cognitivo-conductual, ayuda a compartir y combinar diferentes enfoques, donde se incluye la medicina psicoestimulante, integrada con las técnicas conductuales u otras intervenciones cognitivo-conductuales (Ochoa García, 2010), ya que estos manejos de contingencia e intervenciones académicas, resultan ser más efectivas en el cambio de conducta (Rodríguez Salinas Pérez, 2006).

Precisamente, la función neurocognitiva en la actividad física para personas con TDAH, puede tener beneficios muy positivos, tanto en el comportamiento como en la parte educativa, pues ayudan al mejoramiento de la atención, la concentración y la memoria, disminuyendo la distracción (Lomas Rivera, 2017).

La Educación Física, al ser una asignatura que requiere movimiento y estar en un espacio amplio y al aire libre, puede ser utilizada, con más facilidad, para los niños con problemas de atención, ya que tiene herramientas que facilitan su manejo por el escenario donde se desarrollan, y que a la vez, no afecta el proceso con los demás compañeros, lo que favorece al mismo docente.

Entre estas intervenciones, está la conocida como tiempo fuera, que hace referencia, cuando el alumno no puede estar respondiendo en la clase, puede ser apartado del ambiente para cambiar de estímulos, sin que se sienta como un castigo, sino, por el contrario, como una oportunidad de relajación y calma, que posteriormente, va favoreciendo su desempeño (Santurde del Arco, 2011).

Resolución de problemas

La resolución de problemas, debe ser uno de los objetivos de los procesos de aprendizaje, ya que este tipo de situaciones les será de utilidad el resto de la vida a los propios alumnos, por lo que, en las instituciones educativas, ellos pueden aprender a enfrentarse a las contrariedades de la vida cotidiana, sin necesidad de dejar a un lado los procesos de aprendizaje.

Es por esto, que el aprendizaje cognitivo, presenta el propósito de enseñar a los alumnos, incluyendo a los que padecen Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad, la forma de autocontrolarse y resolver los problemas, ambos, aspectos centrales en quienes padecen este tipo de trastorno (Ochoa García, 2010).

Para enfrentar estas situaciones de resolver problemas, es necesaria la coordinación de los docentes, quienes deben estar capacitados en orientación de la familia, si se tiene en cuenta el papel importante que esta desempeña. (López Sánchez, 2015), pues la confianza y seguridad que el ambiente familiar genera en los niños, es fundamental para poder enfrentar y resolver diferentes situaciones.

Es importante destacar, que el papel participativo y protagonista del niño dentro del aula de clase, es importante, por lo que los docentes deben incitar a los estudiantes a sean más activos dentro de la asignatura, explicándoles la actividad a desarrollar y manteniendo una constante supervisión de las tareas (Santurde del Arco, 2011).

Por último, una forma, que parece singular, pero que da buenos resultados, es abordar al estudiante hiperactivo, con estimulaciones del recuerdo y fotografías (Guerrero López, 2011), esto con el propósito de ejercitar la memoria, lo que lleva a que los niños tengan que concentrarse para recordar los momentos que está viendo en las fotos.

Estrategias atencionales

“Las estrategias atencionales, permiten a los estudiantes que tengan la opción de dirigir cómo controlan su atención” (Sánchez Blum, 2018, pág. 11), lo que se produce con ayuda de los docentes, quienes a los alumnos con TDAH, permiten mejorar la atención y la concentración en el entorno académico (Vidarte Claros, 2010).

El mantener la atención de los estudiantes durante toda la clase, es uno de los retos de los docentes, y por consiguiente, de las tareas más difíciles que deben lograr, ya que en algunos momentos, en el aula se presenta una buena cantidad de niños, que tienen

características diferentes en el aprendizaje, al igual que el temperamento, por lo que se convierte en un reto para los profesores, capturar la atención de toda la clase, pues lo que funciona para algunos estudiantes, pueden no funcionar para otros, y es en este punto, donde se pone a prueba la innovación educativa.

Por eso, cautivar a los alumnos dentro del aula de clase, es de los primeros desafíos de los profesores en las instituciones educativas (Alvarez, 2014), donde se asegure la curiosidad del alumnado desde el inicio de la clase, con actividades como la realización de un cuestionario sobre preguntas de la clase anterior, que estimulen la concentración (Alvarez, 2014), así como detectar esos métodos que aumenten el nivel de atención, para que esta se mantenga hasta el final de la clase (Alvarez, 2014).

La mejor forma de trabajar la desatención, es utilizando actividades que obliguen a mantenerla, como la realización de lecturas, donde los alumnos se vean obligados, al finalizar esta, a la realización de preguntas o de un informe sobre la misma, así como, aprovechando la recomendación de usar la música para niños con trastorno de atención, implementar canciones que deban memorizar.

El tema de la concentración, es fundamental para tratar a los estudiantes que padecen TDAH, ya que los síntomas se relacionan con conductas como la inatención, la desconcentración, la impulsividad, la hiperactividad y las malas relaciones sociales (Acebes de Pablo, s.f.).

Estrategias participativas

Enseñanza recíproca

La enseñanza recíproca, tiene que ver con la ayuda de los compañeros de clase en el proceso de aprendizaje, ya que hace referencia a repetir los ejercicios bajo el mando del profesor, pero observado por un alumno, quien es el encargado de evaluar y tomar nota, es decir, las decisiones son tomadas por los estudiantes, eliminando el protagonismo del profesor.

Se requiere el desarrollo de métodos de formación, donde exista una cooperación entre otros profesionales, como los pediatras, y las personas e instituciones que hagan parte del ambiente de los infantes: docentes, instituciones educativas, y hasta centros de salud (López Sánchez, 2015).

Acá se puede apreciar, que este modelo de enseñanza, al ser recíproco, también requiere que más actores dentro del proceso de aprendizaje de los alumnos, se integren a su educación, no solo, como se ha visto, el entorno familiar, y por necesidad, el cuerpo docente; ahora entran a jugar un papel fundamental, otros profesionales capacitados para tratar niños con trastorno de atención, hiperactivos, o el conocido TDAH.

Para que este tipo de enseñanza tenga éxito, se requieren intervenciones donde los padres de familia estén dispuestos a invertir su tiempo, no solo al tratamiento en sí, también a la preparación, como es el caso de realizar un entrenamiento en modificación de conducta, la educación especial, entre otros (Presentación, 2009).

Las organizaciones grupales, presentan una serie de características que las diferencian de las prácticas individuales, como lo es la cooperación entre los miembros del mismo grupo,

lo que sirve de punto de apoyo para los propósitos requeridos en el tratamiento de niños que padecen TDAH.

Así mismo, se presenta el caso de la energía positiva y el desarrollo humano que pueden existir, debido a factores que se comparten entre sus miembros, como las experiencias, las vivencias, las incertidumbres y los fracasos (Guerrero López, 2011). También se recomienda que en estas actividades grupales, se realicen seguimientos por medio de un diario de campo, así como entrevistas hacia los padres (Guerrero López, 2011).

La enseñanza en pequeños grupos

Dividir la enseñanza en pequeños grupos, es una buena estrategia de aprendizaje, ya que permite un mejor control dentro del aula de clase por parte de los docentes, pues estos tienen la posibilidad de dividir los temas, y, en cada grupo, poner un alumno que sirva de coordinador, ayudándole en el proceso de enseñanza.

Para la enseñanza en pequeños grupos, la tutoría de iguales, se refiere al emparejamiento al azar de los alumnos de clase que se dirijan la tarea y la premien cuando sea adecuado, y a un intercambio posterior de papeles (Rodríguez Salinas Pérez, 2006, pág. 186).

Sin embargo, el papel de los profesores no disminuye en cuanto a protagonismos se refiere, al contrario, les obliga a tener un constante aprendizaje en diversas áreas, como en el manejo de conducta y en la comunicación para relacionarse mejor con los alumnos (Santurde del Arco, 2011). Se debe tener en cuenta, que, aunque pueden existir métodos donde el docente disminuye sus actividades, estos no le quita responsabilidades como coordinador de su propia clase.

Micro enseñanza

En la estrategia de la micro enseñanza, los ejercicios se realizan bajo el mando del alumno que hace las veces de profesor, el cual tiene un importante protagonismo, pasando, a un segundo plano, al mismo docente, quien trata de no intervenir, al menos que sea necesario o que el alumno – profesor se lo pida.

En la micro enseñanza, el propósito primordial es formar a los padres de familia y docentes en conocimientos relacionados con el TDAH, así como en los procesos que, normalmente, hace parte “de los principios del condicionamiento operante (técnicas de modificación de conducta)”, para la comprensión y dirección de los problemas de comportamiento de los alumnos en el entorno en el cual se desenvuelven, ya sea la casa o el colegio (Ochoa García, 2010).

Los docentes que laboran con alumnos diagnosticados con TDAH, deben tener la consciencia de la importancia de una intervención multidisciplinar para que la evolución sea satisfactoria. Esto quiere decir, que quienes trabajen con niños que poseen este tipo de trastornos, mantengan una fluida comunicación con los alumnos y sus dificultades (Santurde del Arco, 2011).

Conclusiones

- Tener una definición clara de las estrategias pedagógicas, es importante para los docentes, ya que permite, entre otras cosas, conocer las acciones que se deben realizar, como el apoyo que se puede tener dentro del aula de clase, a la vez que tener una planificación integral, donde esté incluido el entorno de los alumnos, para obtener mejores resultados en el proceso, durante cualquier asignatura, como en Educación Física, que estimule a los niños con trastornos de aprendizaje, incluyendo el TDAH.
- En los niños con TDAH, las estrategias creativas son importantes, si se tiene en cuenta que ayuda a innovar en el proceso educativo, es decir, utilizar otros elementos no muy comunes en el aula de clase, como es el caso de los juegos, el teatro o la música, y que pueden repercutir en la Educación Física, ya que, en esta, se da el ambiente necesario para la realización de actividades lúdicas, que permitan despertar las inquietudes e intereses de los infantes por al aprendizaje.
- Por el lado de las estrategias atencionales, su importancia radica en que, los alumnos que padecen trastorno de la atención, la pueden controlar, direccionar y mantener, en cualquier ambiente en el que se encuentren, por lo que es bueno iniciar el entorno escolar, si se tiene en cuenta, que allí pasa una buena parte de sus días, compartiendo con compañeros y profesores, para lo cual, también se utilizan actividades artísticas, que promueven y exploran nuevas formas de comportamiento y pensamiento, en una constante búsqueda por expresarse.
- En cuanto a las estrategias tradicionales, siempre se ha pensado que, para mejorar el nivel de atención de los niños con déficit en el aprendizaje, es necesario un cambio conductual, y todavía existen docentes que piensan en esa alternativa, pues se

consideran principales responsables en el proceso educativo, llevándolos a realizar actividades que van en contravía de la libertad y autonomía de los alumnos, como las que son rutinarias y que buscan controlar ciertos movimientos dentro de la clase, aunque, algunos profesores empiezan a optar por técnicas alternativas, como la relajación y la integración dentro del aula.

- Es importante, la utilización de las estrategias individualizadas en los niños con TDAH que hagan parte de la asignatura de Educación Física, ya que sus intereses, son diferentes a los del resto de grupo, pues cuentan con otras características y necesidades, pues ellos necesitan desarrollar sus actividades de manera corta, donde reciban elogios y recompensas, y de esta manera, se busca que mejoren su comportamiento, funciones cognitivas y habilidades sociales.
- La implicación cognitiva, permite el autoconocimiento de los niños con TDAH, si se tiene en cuenta, que este es el primer paso para que, ellos mismos, se puedan controlar, y por supuesto, afrontar las dificultades, como la resolución de problemas, los cuales, pueden ser propuestos por los docentes, como un buen ejercicio para quienes sufren de este trastorno, con la coordinación de profesionales capacitados, hasta llegar a utilizar la Educación Física, para mejorar el comportamiento y el nivel académico.
- Por último, las estrategias participativas, busca integrar más el entorno del estudiante con TDAH al proceso educativo, así como también a los mismos alumnos entre sí y a la institución educativa, con el propósito que las actividades realizadas en clase de Educación Física, estimulen la cooperación entre ellos, y otras experiencias, como el desarrollo de sentimientos, la responsabilidad y la participación.

Referencias bibliográficas

- Acebes de Pablo, A. (s.f.). Propuesta de intervención para el tratamiento de niños con TDAH a través de la Educación Musical y la Musicoterapia. *Universidad de Valladolid*.
- Alcaldía de Medellín. (2014). *Medellín construye un sueño*. Medellín: Begon S.A.S.
- Alvarez, A. y. (2014). La atención dispersa y su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de niños/niñas de 3 años de edad.
- Arco Tirado, J. F. (2004). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad: intervención psicopedagógica. *Psicothema*, 408-414.
- Fundación CADAH. (2014). *CADAH*. Obtenido de <http://www.fundacioncadah.org/web/printPDF.php?idweb=1&account=j289eghfd7511986&contenido=posibilidades-de-la-educacion-fisica-en-el-tratamiento-del-tdah>
- González Escudero, S. (2015). Propuesta sobre las multimediaciones en la recepción televisiva y teatral de los niños con TDAH (Déficit de Atención e Hiperactividad). *Universidad Internacional de La Rioja*.
- Guerrero López, J. y. (2011). El alumnado con TDAH (hiperactividad) como colectivo en riesgo de exclusión social: propuestas de acción y de mejora. *Ruedes*, 37-59.
- Hernández Sampieri, R. F. (2014). *Metodología de la investigación*. México, D.F.: McGraw Hill.
- Lomas Rivera, A. y. (2017). Beneficios de la actividad físico-deportiva en niños y niñas con TDAH. *Revista Digital de Educación Física*, 63-78.

- López Sánchez, L. L. (2015). Efectos de un programa de actividad física en la imagen corporal de escolares con TDAH. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 135-142.
- Martínez Suárez, M. d. (2010). Práctica educativa con un alumno con diagnóstico de TDAH en la etapa de educación infantil. *Innovación Educativa*, 261-272.
- Núñez Mera, W. y. (2017). Revisión documental: El estado actual de las investigaciones desarrolladas sobre empatía en niñas y niños en las edades comprendidas entre los 6 a los 12 años de edad surgidas en países latinoamericanos de habla hispana. *Universidad Minuto de Dios*.
- Ochoa García, C. (2010). Programa de intervención pedagógica con niños hiperactivos del primer ciclo escolar de la comunidad de Xalapa (Veracruz, México) diseñado desde la Educación Física. *Universidad Autónoma de Madrid*.
- Orozco Peña, Z. (2012). El teatro como estrategia didáctica para mejorar la autorregulación de la conducta en niños con TDAH. *Escenarios*, 69-82.
- Presentación, M. P. (2009). Efectos sobre el contexto familiar de una intervención psicosocial compleja en niños con TDAH. *Escritos de Psicología*, 18-26.
- Rodillo, E. (2015). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en adolescentes. *Revista de Medicina Clínica Condes*, 52-59.
- Rodríguez Salinas Pérez, E. N. (2006). La escuela y el trastorno por déficit de atención con/sin hiperactividad (TDAH). *Pediatría de Atención Primaria*, 175-198.
- Sánchez Blum, S. (2018). Implementación de estrategias pedagógicas adaptativas aplicadas en estudiantes con TDAH para cuarto año de educación básica del Instituto de

Educación Especial del Norte de la ciudad de Quito. *Universidad Nacional de Educación*.

Santurde del Arco, E. y. (2011). Conseguir un desarrollo personal, social y académico adecuado en los niños con TDAH. *International Journal of Development and Educational Psychology*, 305-313.

Siegenthaler Hierro, R. y. (2011). Estrategias didácticas inclusivas en TDAH. *Centre d'Estudis Vall de Segó*, 1-11.

Valda Paz, V. S. (2018). Estrategias de intervención para niños y niñas con TDAH en edad escolar. *Revista de Psicología*, 119-134.

Vidarte Claros, J. V. (2010). Motricidad y cognición en el déficit de atención e hiperactividad TDAH. *Ánfora*, 125-149.