



UNIVERSIDAD DE MATANZAS
Sede "CAMILO CIENFUEGOS"
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA

ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA LA INTEGRACIÓN ESCOLAR DE NIÑOS Y NIÑAS CON TRASTORNOS POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDAH).

TRABAJO DIPLOMA PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN
CULTURA FÍSICA

Autor: Heriberto Serrano Urbizo
Tutora: MS. c Maira Rivero Gutiérrez
Consultantes: Dr. Juan Gustavo Kessel Rodríguez
Dr. René Perera Díaz
Lic. Chasnielis Caldalda Baragaño

Matanzas
2015.

PENSAMIENTO



“Jerarquizar adecuadamente la educación física y el deporte escolar, e intensificar las actividades deportivas en todos los centros por su gran valor educativo...”

Fidel Castro Ruz

DEDICATORIA

Desde lo más profundo y sincero de mi alma, dedico esta obra a todos aquellos que de una forma u otra tuvieron participación en la elaboración de la misma, los cuales reconocen que un mundo mejor es posible cuando hay sacrificios, esfuerzos y mucho amor hacia las cosas importantes de la vida.

- *Especialmente a mi hija, luz de mi existencia.*
- *A mi esposa, por su paciencia y comprensión para cumplir con este anhelo.*
- *A mi guía y fortaleza, mis padres, ejemplo de amor, abnegación y sacrificio.*
- *A mi familia especialmente las pequeñas, mi hermana y sobrina por ayudarme en mis responsabilidades con tanto amor.*
- *A mi abuela, fuente inspiradora de lo que somos.*
- *A los que no están físicamente, pero siempre me acompañan.*

AGRADECIMIENTO

Los momentos difíciles se convierten en glorias, cuando se cuenta con personas de la talla a las que haré referencia; por su entrega y ayuda incondicional, agradezco:

- *A quien fue guía y ejemplo de amor por la Cultura Física, Maira Rivero, mi tutora.*
- *Al pedagogo incansable, Kessel, ejemplo de los sentimientos más puros de amistad, solidaridad y constancia.*
- *A la Chas por estar siempre que se necesita con tanto amor y dulzura.*
- *A todos mis compañeros de estudio y trabajo por su colaboración y compañía.*
- *A todos los que han ayudado en este camino de trabajo y amor por la Cultura Física y el Deporte.*
- *A la Revolución que me da la oportunidad de ser quien soy.*

RESUMEN

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es en la actualidad uno de los más diagnosticados entre la población infantil, afectando la esfera cognoscitiva y volitiva. La presente investigación está centrada dentro del proceso de desarrollo de actividades físicas recreativas con el fin de potenciar la integración escolar de niños y niñas con dicho trastorno en la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, donde se detecta el defecto originario al observar que existen insuficientes acciones para potenciar su integración a través de la Educación Física y que contribuyan a mejorar las conductas de quienes lo padecen; por lo que se realiza un análisis sobre los beneficios que puede brindar esta propuesta. Se utilizaron los métodos teóricos: analítico sintético, inductivo deductivo, histórico lógico; los métodos empíricos fueron: observación, encuesta, entrevista; y criterios de especialistas. La muestra seleccionada estuvo conformada por nueve niños y trece especialistas. La presente investigación aporta un grupo de acciones encaminadas a la integración escolar de los niños y niñas con TDAH.

Palabras claves: déficit de atención, hiperactividad, integración escolar.

Summary

The Upset for Deficit of Attention and Hyperactivity (TDAH) is one of the more diagnosed among the infanthood population of the present moment, affecting the cognitive and volitional sphere. Present investigation is centered within the process of development of physical recreational activities in order to increase the school integration of boys and girls with the aforementioned upset at the elementary school Oscar Rodríguez of the municipality Cárdenas, where the original defect is detected when noticing the insufficient stock to increase this integration through Physical Education and that they contribute to improve the conducts whose they suffer it; For which an analysis on the benefits that he can offer this proposal is accomplished. Theoretic methods utilized: Analytical, synthetic, inductive, deductive, historic logician; Empiric methods were: Observation, opinion poll, interview; method and specialists' criteria. The selected sign was shaped for nine children and thirteen specialists. Present investigation contributes with a group of stock to put on the right road to school integration of boys and girls with TDAH.

Key words: Deficit of attention, hyperactivity, school integration.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: REFERENTES TEÓRICO SOBRE LA INTEGRACIÓN ESCOLAR DE NIÑOS Y NIÑAS CON TRASTORNOS DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDHA).	7
1.1 Características bio psico sociales en las edades de 10 y 11 años.....	7
1.2 Situación actual sobre la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.....	10
1.3 La Hiperactividad. Aspectos psicológicos que influyen en los niños y niñas	10
1.4 El papel de las actividades físicas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH.	13
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO Y RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	25
2.1. Procedimiento metodológico para el desarrollo de la investigación. Población y muestra.....	25
2.2 Las actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.....	31
2.3 Validación de la propuesta de actividades por la consulta a especialistas	39
CONCLUSIONES.	42
RECOMENDACIONES.	43
BIBLIOGRAFÍA.	44
ANEXOS.	48

INTRODUCCIÓN.

La sociedad actual demanda mayor preocupación por una mejor calidad de vida, teniendo en cuenta los aspectos del cuidado de la persona, preservar su salud, mejorar su condición física y la imagen corporal, la formación de un auto concepto positivo, utilizar el movimiento como instrumento de interacción con el entorno, la organización y utilización del tiempo libre y la necesidad de adquirir valores y actitudes; por tal razón en Cuba se brinda atención esmerada a los niños y niñas con necesidades educativas especiales, dentro de las que se encuentran los Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es un trastorno de inicio en la infancia que comprende un patrón persistente de conductas de desatención, hiperactividad e impulsividad. Se considera que el trastorno está presente cuando estas conductas tienen mayor frecuencia e intensidad de lo que es habitual según la edad y el desarrollo de la persona, y tales manifestaciones interfieren de forma significativa en el rendimiento escolar o laboral, y en sus actividades cotidianas (Manual diagnóstico y estadístico de los procesos mentales (DSM-IV-TR), 2001).

La hiperactividad (según Academia de Psiquiatría Americana (APA), 1994) es un síndrome conductual cuya principal característica es una actividad motora excesiva. Para algunos autores no es muy correcto hablar de “síndrome” por lo que prefieren definirla como “una pauta de actividad excesiva en aquellas situaciones que requieren inhibición motora que es consciente y continuada año tras año. El autor asume esta última expresada por Ballester Pérez (s/a), por ser considerada pertinente en relación con objetivo propuesto.

El cuadro clínico que presentan es: falta de atención, impulsividad, hiperactividad con inicio antes de los siete años y duración de al menos seis meses; y causa no debida a una esquizofrenia, ni a trastornos afectivos ni a retraso mental grave.

Otra de las necesidades que tienen estos niños y niñas es la integración escolar: “el dominio de aplicación del término integración escolar está determinado por aquellos elementos que son solidarios a su esencia, que limitan con su propio contenido cognoscitivo el trabajo aquel y que, por lo tanto, pertenecen a su mismo sistema conceptual”. (Barraza Macías A., 2002). Como bien lo indica el concepto a pesar de

asistir sistemáticamente a la escuela no se encuentran integrados al proceso docente en su totalidad por mantener conductas o tener manifestaciones que le impiden moverse u obrar como una unidad dentro de este medio u otro que lo requiera.

La clase de Educación Física es un medio en el contexto escolar donde los niños y niñas aprenden a integrarse, dicha integración en ocasiones es inadecuada ya que genera problemas ante los demás y estos interfieren en el desarrollo de la clase. Para evitar estos problemas de integración y tener un mejor ambiente de trabajo durante la clase, se requiere de esfuerzo y dedicación para que la integración sea adecuada y que los demás compañeros acepten las diferencias individuales y todos tengan los mismos derechos de aprender en armonía.

La Educación Física es una de las áreas que favorecen más al desarrollo integral de la persona, la maduración de los alumnos y la integración, ya que se trabaja mayoritariamente mediante actividades colectivas que permiten mucho más que el escolar se conozca a sí mismo, participe, resuelva problemas y conviva con el grupo clase; por tanto ha de ser practicada por todos. Se ha de evitar que la diversidad derivada de la “discapacidad” de los alumnos, sea del tipo que sea, llegue a ser un obstáculo insalvable para realizar actividades físicas y practiquen deporte. Esta asignatura es concebida como proceso formativo de enorme valor para el desarrollo humano, asume una visión holística de la persona, como ser único que piensa, siente y actúa al mismo tiempo. Contribuye a que niñas, niños, púberes y adolescentes desarrollen sus múltiples habilidades motrices y conozcan las posibilidades de movimiento del cuerpo. En la medida que aumenta su dominio motriz, adquieren una mayor autonomía personal, seguridad y auto confianza en la exploración de su mundo circundante, valiéndose a su vez de su natural curiosidad, necesidad de movimientos e interés lúdico. La Historia admite analizar cómo la eficacia del hombre dependía de sus habilidades físicas, cómo la fuerza, agilidad, resistencia, velocidad y otras manifestadas, a través de los juegos permiten mantener una actitud adecuada, un cuerpo y mente completamente saludable; así como realizar actividades físicas en el medio natural.

La Educación Física es una rama científica y ha conformado un campo propio de conocimiento que se ha definido como la Teoría y Metodología de la Educación Física,

aceptada por la ciencia contemporánea; ciencias como la Teoría del Movimiento, Motricidad, Psicomotricidad y Sensomotricidad, son tomadas en cuenta en su contenido.

En su acepción más amplia es el componente pedagógico de la educación total que garantiza el desarrollo armonioso de las formas y funciones del hombre en su evolución natural, de sus facultades de movimiento; como materia de aprendizaje escolar, forma parte de planes y programas de estudio en prácticamente todos los sistemas de educación en el mundo moderno.

La Educación Física aporta salud y bienestar, ayuda con el crecimiento humano y da bienestar tanto físico como mental, así como también el que se puede ver y el que se puede sentir; como de la misma forma puede ser un excelente tiempo en el que el ser humano se puede distraer un rato, puede conocer más la naturaleza. Es el arte, ciencia, sistema o técnica de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida, con especial atención a sus facultades físicas.

Una de las grandes oportunidades que brindan estas clases, es la potencialidad para el trabajo sistemático en el proceso educativo del ser humano a través de variadas actividades. En el caso del nivel de educación primaria, resulta de particular importancia ya que al ponerla en práctica adecuadamente y con los suficientes cuidados por parte del maestro o profesor, contribuye a que el niño y la niña avancen y se consolide su desarrollo físico motriz, social, psicológico y cognoscitivo de forma armónica e integral.

A través de esta disciplina se realizan las actividades físicas recreativas que son de gran importancia en las edades tempranas ya que ayudan en las relaciones sociales, la salud, el mejoramiento de la conducta o sea el bienestar y la calidad de vida en los seres humanos. Es a través de la acción motriz del educando que se desarrolla el proceso físico educativo, entendida como toda su personalidad en un proceso significativo y constructivo del aprendizaje (Según López, A. 2003). La investigación toma en cuenta estas exigencias de las actividades físicas recreativas en las comunidades y su importancia en el mejoramiento de la salud del hombre, como proceso terapéutico de diferentes trastornos que interfieren en el desarrollo educativo, de formación de valores y de la personalidad de los escolares en general.

Con el objetivo de llegar a una etapa de integración a través de la socialización donde el niño y la niña se sientan aceptados por los demás compañeros, es de vital importancia que el maestro conozca estrategias pedagógicas de aprendizaje para resolver los problemas de hiperactividad que se presentan durante la clase.

La escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, cuenta con una matrícula actual de 409 alumnos, distribuidos en dos ciclos. A través de las observaciones a clases, el diagnóstico realizado a los alumnos, entrevistas a los maestros y padres en el segundo ciclo, que cuenta con una matrícula de 74 niños y niñas, 9 de ellos manifiestan hiperactividad con consecuencias para la conducta en el proceso de enseñanza aprendizaje escolar, y representan el 12% de esta población. En las condiciones actuales no se ha logrado en la escuela un proyecto articulado que permita la integración escolar de estos niños con TDAH de un modo eficiente, se han desarrollado diferentes esfuerzos a través de la incorporación de la familia al proceso, pero no se logra transformar la realidad. El colectivo de maestros señala que este grupo de alumnos mantiene los problemas de conducta y aprendizaje y no son aceptados por el colectivo con facilidad, en tal sentido la **situación problémica**: es la insuficiente aplicación de actividades físicas recreativas para favorecer la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, por ello; el **problema científico es**: ¿cómo contribuir a la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas?, planteándose el **objeto de estudio**: el proceso de integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, y el **objetivo general**: elaborar una propuesta de actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, con el **campo de acción**: el proceso de integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez, a través de las actividades físicas recreativas.

Preguntas científicas:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos sobre las bases actuales relacionadas con el TDAH en el proceso de enseñanza aprendizaje del nivel escolar primario?
2. ¿Cuál es la situación actual sobre la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas?
3. ¿Cuáles son las actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas?
4. ¿Qué valoración de los especialistas recibe la propuesta de actividades físicas recreativas que se proponen?

Tareas de la investigación.

1. Fundamentación teórica sobre las bases actuales relacionadas con el TDAH en el proceso de enseñanza aprendizaje del nivel escolar primario.
2. Determinación de la situación actual sobre la integración escolar de niños y niñas con TDAH en la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.
3. Selección de las actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.
4. Validación de la propuesta de actividades por la consulta a especialistas.

Entre los métodos de investigación utilizados se encuentran:

El método dialéctico materialista por lo que aporta a la ciencia y a la teoría del conocimiento.

Teóricos.

Analítico sintético

Inductivo deductivo

Histórico lógico

Empíricos

Observación

Encuesta

Entrevista

El **aporte práctico** radica en que la propuesta de actividades contribuye al modo de actuación de los maestros para el trabajo con niños y niñas que presentan TDAH a través de las potencialidades que brinda la Educación Física.

La Tesis consta de dos capítulos. En el primero se refiere a las características bio psico sociales de los niños y niñas en las edades de 10 y 11 años, se refiere a su vez a las concepciones teóricas sobre la integración escolar como una necesidad para la educación y formación integral de la niñez, y el papel de las actividades físicas recreativas para lograr dicha integración. El segundo capítulo, muestra el diseño metodológico de la investigación, los resultados alcanzados en el diagnóstico, se precisa el proceso de elaboración de la propuesta de actividades físicas recreativas que contempla acciones de capacitación; además el resultado del criterio de los especialistas sobre la propuesta. Se emiten las conclusiones alcanzadas, las recomendaciones, la bibliografía utilizada en el proceso investigativo y los anexos incorporados al cuerpo del informe, para una mejor comprensión.

CAPÍTULO I: REFERENTES TEÓRICOS SOBRE LA INTEGRACIÓN ESCOLAR DE NIÑOS Y NIÑAS CON TRASTORNOS POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDHA).

En este capítulo se realiza la fundamentación de las características bio psico sociales en las edades de 10 y 11 años, la importancia que brindan para el desarrollo de habilidades y la integración escolar a través de las actividades físicas; así como aspectos relevantes de diferentes ciencias que estudian y caracterizan los Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

1.1. Características bio psico sociales en las edades de 10 y 11 años.

El cuerpo del niño es el punto de partida de todos sus aprendizajes, por ello durante los primeros grados hay que ofrecerle la oportunidad de que descubra sus posibilidades de movimiento, que experimente diferentes sensaciones: tónica, táctiles, auditivas y visuales que propicien su manifestación motora, que explore su equilibrio e identifique su lateralidad; que vivencie los contrastes y descubra sus posibilidades de relajación y adopción de posturas apoyándose en una respiración adecuada.

A esta edad los huesos, músculos, ligamentos y articulaciones del alumno no están firmemente desarrollados, por lo que durante las actividades físicas, es recomendable utilizar como carga, únicamente el propio peso corporal del alumno evitando implementos pesados o que se carguen unos a otros.

El aparato vestibular tampoco está lo suficientemente desarrollado como para pretender en todos los alumnos, una respuesta motriz precisa, con relación a la posición de la cabeza y las partes del cuerpo ante las sensaciones recibidas del exterior; por lo que es importante, que la atención del profesor se centre en la educación de los órganos de los sentidos, fundamentalmente; vista, tacto y oído.

El desarrollo anatomofisiológico es apreciable, se manifiesta en estos niños un aumento de la talla, peso y volumen de la musculatura, de las desproporciones del tronco con respecto a las extremidades y aumenta la fuerza muscular. Los caracteres sexuales secundarios comienzan a hacer su aparición; en las niñas estos cambios son de forma más prematura, muchas de ellas experimentan la primera menstruación a los 11 años (menarquía), en correspondencia con dichos cambios aparece también el interés marcado hacia las cuestiones del sexo, con lo cual se hace necesaria una correcta y

oportuna educación sexual.

Los cambios hasta aquí descritos hacen que el maestro brinde a los alumnos un tratamiento especial, pues son niños y niñas a punto de convertirse en adolescentes; por lo que se debe actuar con cautela y tacto para influir favorablemente sobre ellos para contribuir a una adecuada y armónica formación en el terreno emocional, moral y físico de la personalidad. En esta edad es conveniente continuar en la formación de hábitos de alimentación e higiene, considerados como elementos que contribuyen a conservar la salud.

En relación al crecimiento físico, entre los 6 y 12 años, comienza a disminuir su rapidez. En términos generales, la altura del niño en este período aumentará en 5 o 6% por año, y el peso se incrementará en aproximadamente un 10% por año. También comienzan a desarrollarse los diferentes sistemas del organismo humano.

Los niños y niñas que estudian en quinto y sexto grados (segundo ciclo) tienen como promedio 11 años. Conocer las características de los escolares de estas edades es de gran importancia y constituye un requisito para el trabajo de los maestros y para que la labor docente educativa que realizan pueda cumplirse con éxito. El hecho de que los escolares de quinto y sexto grados tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas, evidencian conductas y formas de enfrentar la enseñanza y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades.

No solo es capaz de realizar su aseo personal como le era característico en el primer ciclo; sino que, comparte la vigilia de sus hermanos pequeños y actúa comunicándoles formas de conducta, patrones y hábitos elementales, tanto personales como en relación con las actividades de la casa, escolares y sociales en general. Tienen una incorporación activa a las tareas de los pioneros, en los movimientos de exploradores y otras actividades de la escuela; comienzan a participar en actividades de grupos organizadas por los propios niños. El conocimiento de este comportamiento tiene gran importancia para los educadores, pues influyen en las relaciones interpersonales de los alumnos entre sí en su grupo escolar.

Los alumnos de este ciclo muestran un aumento en las posibilidades de autocontrol, autorregulación de la conducta; lo que se manifiesta sobre todo en situaciones fuera de

la escuela tales como el juego, el cumplimiento de encomiendas familiares y otras. Sin embargo, estas posibilidades no se hacen patentes cuando se trata de la realización de las tareas escolares. Este hecho no indica una incapacidad del alumno; sino que la escuela y en particular los maestros no explotan al máximo las posibilidades de autocontrol de las tareas en las diferentes asignaturas y situaciones escolares.

Es necesario dotar a los alumnos de procedimientos de control y autorregulación, que les posibilite apreciar la importancia del componente escolar a través de las actividades físicas recreativas desde la Educación Física, pero en función de las restantes asignaturas, esto es que incluye el contexto escolar integralmente. Los niños del segundo ciclo son pre adolescentes por lo que poseen necesidad de independencia. A esta edad comienzan a identificarse con personas y personajes que se convierten en modelos o patrones. Esta identificación puede producirse a partir de una valoración crítica de estos; por tanto el proceso de aceptación de patrones y modelos personales se produce mediado por la valoración y el juicio que hacen.

Se representan claramente cómo debe ser, cómo les gustaría que fuera y cómo es su maestro; además, tienen maestros preferidos y no preferidos. El efecto del maestro preferido muchas veces se extiende a la asignatura y eso es muy importante. No es raro que el interés de un niño de estas edades por una asignatura decaiga precisamente porque antes decayó el prestigio del maestro, o lo contrario. Una esfera en la que los alumnos experimentan un notable cambio es el intelectual; en particular en lo que al pensamiento se refiere. Experimentan un aumento notable en las posibilidades cognoscitivas, en las funciones y procesos psíquicos; lo cual sirve de base para que se hagan altas exigencias a su intelecto. Las características de estos alumnos en el área de su desarrollo social se han ampliado considerablemente en relación con los de primer ciclo, han dejado de ser, en gran medida, los pequeñines de la escuela y de la casa, para convertirse de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social. Al observar el desenvolvimiento del niño en la casa inmediatamente se constata que tienen mayor incidencia en los asuntos del hogar, en el cumplimiento de las tareas familiares y cotidianas; el niño cumple determinados encargos con más frecuencia, tareas que en muchas ocasiones se le atribuye como responsabilidad con cierta sistematicidad.

1.2 Situación actual sobre la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.

No todos los trastornos de conducta son TDAH, él constituye un subgrupo dentro de los trastornos de conducta, que tiene tratamientos específicos y que bien gestionado tiene buen pronóstico. Puede confundirse igualmente con problemas de la vista o el oído, así como con otros problemas de aprendizaje u otros trastornos mentales como depresión y ansiedad. Es de suma importancia la detección por parte de los docentes de los casos existentes con TDAH para lograr las modificaciones estructurales en el entorno educativo con la implantación de modificaciones en el estilo educativo, adaptándolo a las dificultades específicas de estos niños para mejorar su aprendizaje y rendimiento escolar; ya que...”existen tratamientos que disminuyen o incluso desaparecen los síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad, lo que mejora el funcionamiento en casa y en el colegio, las relaciones con compañeros y aumenta el rendimiento escolar”. (Rodríguez Santamaría y Figueroa, 2010, 18).

En la escuela primaria Oscar Rodríguez los niños y niñas que manifiestan este trastorno se caracterizan por un exceso de movimiento, se distraen en ocasiones con otras situaciones que le llamen la atención, sin prestar interés por las actividades que realiza el maestro. Durante las clases de Educación Física, no siguen indicaciones ni respetan reglas y en ocasiones muestran signos visibles de agresividad física y verbal sin medir las consecuencias, sin importar a quien o a quienes agreden; teniendo en cuenta lo anteriormente expresado se realiza la investigación que se presenta, con el objetivo de fundamentar un grupo de actividades físicas que contribuyan a la disminución de los signos más significativos de este tipo de trastorno, manifiesto en el mundo actual como uno de los que más afecta a la población infantil.

1.3 La Hiperactividad. Aspectos psicológicos que influyen en los niños y niñas.

“La psicología se ocupa, entre otros aspectos, del estudio de los procesos del desarrollo y la formación del niño(a) en interacción con la enseñanza y la educación de los individuos y de los grupos. Pretende revelar las regularidades, construir las leyes, principios y normas que permiten describir y explicar dicho proceso, con el objetivo de propiciar los cambios en la práctica y la labor educativa de los padres, maestros y de la

sociedad en general; y lograr una mayor efectividad, un mejor resultado en la educación del ser humano, garantizando de esta manera una mejor calidad de vida”. (Arias, 2010, 9,10).

Los niños que presentan Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad, tienen afectaciones psíquicas y alteraciones de la personalidad. Para conocer el grado de deficiencia que presentan es importante realizar diferentes diagnósticos psicológicos y valoraciones de la patología de la actividad psíquica del hombre en su contrastación con la norma. La determinación de las alteraciones de la actividad psíquica tiene una alta significación práctica, en este propósito es importante realizar diferentes actividades que conlleven a una mejor conducta ante las tareas a cumplimentar.

“El estudio psicológico y pedagógico de las afectaciones de los escolares comprende aspectos fundamentales como son: su frecuencia, intensidad y relativa estabilidad, también implica un mismo tratamiento, o sea, el estudio de la esfera afectivo volitiva que es la esfera psicológica más dañada como consecuencia de la interrelación dialéctica de factores internos y externos, pues originan esencialmente dificultades en las relaciones de comunicación, interpersonales, y en el aprendizaje”. (Pascual, 2009, 81).

La actividad del organismo es inseparable del medio que le rodea, se caracteriza por estar ligada a condiciones fisicoquímicas, mientras que las relaciones psicológicas se establecen entre el organismo y el medio; y se construyen a partir de la experiencia del individuo. Según Vigotsky “cualquier función en el desarrollo cultural del niño aparece en escenas dos veces, en dos planos: primero como algo social, después como algo psicológico; primero entre la gente, como una categoría intersíquica, después, dentro del niño, como una categoría intrapsíquica”. (Citado por: Cañizares, 2008, 15).

En referencia a la clasificación anterior Vigotsky planteo: “...inicialmente, todas las funciones (formas superiores del lenguaje, cognición y acciones) participan estrechamente relacionadas con la actividad externa y más adelante, como si fueran hacia adentro, se convierten en actividad interna. Los estudios de las funciones compensatorias que surgen en casos de alteraciones, muestra que la objetivación de la función alterada, su paso hacia afuera y su transformación en actividad externa, constituye una de las vías durante la compensación de las alteraciones” (Vigotsky,

1934, 174).

Estudios actuales afirman que el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es el trastorno con mayor incidencia en la infancia. Este trastorno es mayor entre niños que entre niñas, con una proporción de cuatro niños por cada niña. En el caso de los niños con TDAH, estos presentan un mayor grado de hiperactividad impulsividad que las niñas; lo que conlleva conductas molestas, desorden, falta de pulcritud, comportamiento impulsivo agresivos con los compañeros, pudiendo incluso llegar a enfrentarse con el maestro o profesor. Estas conductas preocupan tanto a los padres como a los maestros. Las niñas a menudo presentan más problemas de rendimiento académico, sintomatologías ansiosa o depresiva y no acostumbran a mostrar conductas molestas. En estos casos la detección del trastorno es más difícil aunque el coste personal, escolar y familiar puede ser muy elevado; incluso con buenas capacidades pueden presentar fracaso escolar, hecho que distorsiona la relación con el maestro y con la familia. Persisten los problemas de obediencia, normalmente padres y maestros opinan que se portan mal, se resiste a hacer las tareas y se molestan con ellos mismos. No todos los niños y niñas con TDAH presentan todos los síntomas. Se trata de un grupo muy heterogéneo.

Entre los problemas asociados a la hiperactividad podemos destacar, (Según Taylor, 2000), que estos alumnos presentan problemas de atención; no debemos regañar exasperadamente al niño pues ellos no tienen la intención de ser como son, no pueden comprender las razones por las que actúan de esa manera y no pueden cambiar simplemente porque se les ordene hacerlo. Además pueden presentar como consecuencia de su déficit de atención las siguientes características:

- Mantiene la atención sólo por períodos muy cortos.
- Se distrae fácilmente por estímulos externos.
- Muestra tendencia a dormir mucho o muy poco, con dificultad para levantarse o con sueños interrumpidos.
- Puede presentar bajo rendimiento académico a pesar de poseer un nivel de inteligencia promedio o superior.
- Pierde objetos personales con frecuencia.
- Tiene dificultad para recordar cosas o para realizar varias instrucciones.

- No termina lo que empieza.
- Se aburre fácilmente.
- Baja autoestima.
- Hiperactividad o dificultad para moderar su nivel de actividad.
- Tiene dificultad para permanecer sentado cuando se le pide.
- Es impaciente, no sabe esperar su turno en juegos o situaciones grupales.
- Responde antes que le pregunten.
- Le es difícil seguir instrucciones de otros y no termina los quehaceres domésticos.
- Continuos movimientos de pies y manos.
- Habla en exceso.
- Interrumpe o se entromete en los juegos de otros niños.

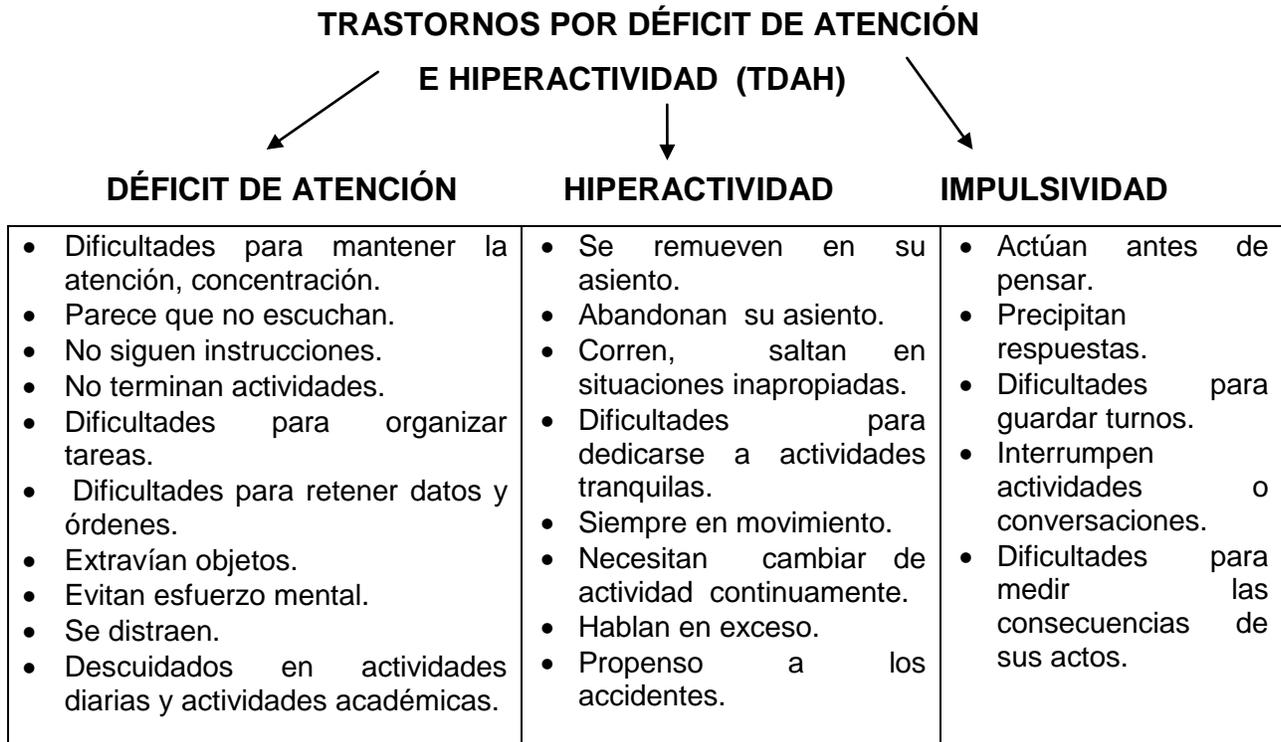
Actuaciones ante la hiperactividad: Ante las malas conductas y las constantes llamadas de atención a estos alumnos, uno de los mejores caminos es ignorar intencionadamente las mismas. Con esto no se quiere decir que se ignore la conducta intolerante simulando que no ha pasado nada, ya que esto sería el germen de un nuevo conflicto, sino apartar inmediatamente la atención del problema haciendo salir al alumno de la habitación o llevarlo a un lugar tranquilo (Taylor, 2000).

1.4 El papel de las actividades físicas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH.

A nivel conductual los niños presentan hiperactividad (hiperactividad verbal, destructividad y agresividad), déficit de atención y control e impulsividad. A nivel emocional presentan irritabilidad y labilidad afectiva (deficiente autoestima y dificultades para relacionarse). A nivel escolar presentan deficiencias de aprendizaje como consecuencia de los déficits anteriores. Las manifestaciones comportamentales suelen producirse en múltiples contextos que incluyen el hogar, la escuela, el trabajo y las situaciones sociales. Habitualmente los síntomas empeoran en las situaciones que exigen una atención o un esfuerzo mental sostenidos, o que carecen de atractivo o novedad intrínsecos (por ejemplo, escuchar al profesor, hacer los deberes, escuchar o leer textos largos, o trabajar en tarea monótonas o repetitivas). El tratamiento de elección en estos casos es de dos tipos: conductual y cognitivo conductual.

Estos niños tienen dificultad para controlar su conducta en presencia de otros y les resulta más fácil cuando están solos. No todos los niños hiperactivos mantienen las mismas características.

En el siguiente esquema se agrupan las disímiles características que pueden presentar cada uno de los elementos que integran el TDAH.



Fuente: Elaboración propia

No se ha podido concluir cuál es la causa que desemboca en el trastorno. Los especialistas piensan que se debe a múltiples factores que interactúan ejerciendo cada uno sus efectos propios pero en una actuación conjunta. Entre algunas causas destacadas se cita el medio ambiente prenatal y las complicaciones surgidas durante el embarazo. Así, los niños prematuros, con bajo peso al nacer, que han sufrido anoxia durante el parto o infecciones neonatales, tienen bastantes posibilidades de desarrollar problemas conductuales e hiperactividad.

Dentro de los efectos asociados a las complicaciones surgidas durante el periodo prenatal y perinatal se incluyen: deficiente desarrollo físico, retraso mental, retraso en el desarrollo motor, dificultades en el desarrollo normal del lenguaje y en el aprendizaje.

En cuanto a los factores genéticos, se ha demostrado que un elevado número de niños con hiperactividad tenían padres con este mismo síntoma en su infancia.

El Sistema de Cultura Física y Deporte desde su creación está dirigido a la formación y desarrollo de diferentes habilidades físicas que garantizan la participación activa de toda la población, basado en el principio “*el deporte derecho del pueblo*”. En Cuba a partir de 1959 se comenzó a dar una esmerada atención a las personas que presentan diferentes discapacidades. A través de estos años de revolución se incrementan los centros educativos, de rehabilitación, atención, orientación y capacitación; se utilizan diferentes tecnologías que favorecen el bienestar social, que les permiten incorporarse a tareas domésticas, estudiantiles, laborales y deportivas. (Tomado de tesis de maestría de Rivero Gutiérrez, Maira, 2015).

Para articular el sistema de Cultura Física y Deporte con las instituciones que atienden a niños, niñas y adolescentes con necesidades educativas especiales, es importante la gestión que se realiza para garantizar la efectividad de la utilización de las tecnologías intelectuales e instrumentales, y cómo se ponen de manifiesto en las actividades deportivas que se ejecutan con esta población; es necesario, determinar el contenido (¿qué hacer?), la organización (¿quién y en qué orden se hace), así como la tecnología (¿cómo se hace?). En las instituciones educativas, “la gestión estará en función de la filosofía, objetivos, valores y principios que rigen en el sistema educacional de una sociedad determinada, y debe encaminarse a la satisfacción de un encargo social y contribuir a enaltecer la naturaleza humana”. (Ruíz, 2000, 7).

En la Educación Física se hace imprescindible el estudio de la conducta humana, clasificada en los siguientes ámbitos:

- Cognitivo: referente a los procesos del pensamiento.
- Afectivo: emociones, sentimientos y actitudes.
- Social: referente a la comunicación e interrelaciones sociales.
- Motor: referente a la capacidad de movimiento del cuerpo humano.

Los objetivos básicos de Educación Física del nivel primario establecidos para niños y niñas son:

- Ampliar y diversificar sus posibilidades motoras.
- Desarrollar las cualidades motoras básicas que conforman la aptitud física.
- Propiciar el desarrollo psicomotor.
- Favorecer un adecuado desarrollo morfo funcional.

- Canalizar su amplia necesidad de expresión cinética.
- Estimular y favorecer un adecuado proceso de socialización.
- Propiciar un comportamiento más autónomo.
- Favorecer la seguridad y la estabilidad emocional.
- Preservar la salud.

La utilización de estas estrategias conductuales y cognitivas requiere tener en cuenta las *necesidades* de los niños con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH):

- Tienen una mayor necesidad de búsqueda de novedad.
- Su interés suele centrarse en lo inmediato, en el «aquí y ahora».
- Normalmente prefieren realizar una frecuente actividad física.
- Necesitan ayuda para concentrarse.
- Requieren un ambiente estructurado.
- Suelen requerir más tiempo para realizar las tareas escolares.
- Suelen precisar información abundante e inmediata sobre lo que hacen.

Para ello:

- Asigne períodos de trabajo cortos.
- Establezca metas a corto plazo.
- A veces requieren que se les repita el mensaje utilizando nuevas palabras o dándoles alguna señal o dibujo (no es útil decirles: «Ya te lo he dicho»).
- Estimule los pequeños progresos.
- Enumere las instrucciones de una en una.
- Cuando esté bloqueado en la solución de una dificultad, dele opciones para solucionar el problema.
- Involúcrelo en actividades de grupo; mejorará su autocontrol y reforzará su autoestima.

El Héroe Nacional José Martí Pérez fue también un gran propulsor de la Educación Física, los Deportes y la Recreación e impulsor de los éxitos, con la vigencia de su pensamiento, en el sistema de Cultura Física y Deporte en Cuba, al expresar como puntos de vista que “la educación popular debía ser eminentemente naturalista y utilitaria”. También fue partidario de la Cultura Física y expresó: “... la mente ha de ser

bien nutrida, pero se ha de ver, de dar, con el desarrollo del cuerpo, buena casa a la mente...” Desde este mismo momento el Maestro hace referencia a la importancia que reviste el concepto de la masividad deportiva, cuando hizo alusión “...en estos tiempos de ansiedad, de espíritus, urge fortalecer el cuerpo que ha de mantenerlo”. (Martí, 1975 b, 258). Además fustigó la realización de cualquier actividad atlética, teniendo como única recompensa el dinero; combate el profesionalismo, el individualismo, el envilecimiento del ser humano por el mercantilismo. (Tomado de tesis de maestría de Rivero Gutiérrez, Maira, 2015).

La Educación Física como área dentro del diseño curricular del nivel de Educación Primaria tiene como finalidad, estudiar el movimiento, las características e incidencias en los procesos del desarrollo del hombre en el orden cognitivo, afectivo y motriz; contempla al estudiante en su totalidad, debe articularse toda la Educación Básica Regular con sus tres niveles de educación: Inicial, Primaria y Secundaria.

En la clase de Educación Física, el maestro o profesor debe mantener la motivación, enaltecer la creatividad de los estudiantes, desarrollar las habilidades motrices básicas teniendo en cuenta la importancia que juegan las actividades físicas para el bienestar de la persona. “La motivación permitirá al inicio y la conclusión del programa; así como la interiorización y generalización del aprendizaje. El dinamismo, que consiste en cambiar el nivel de complejidad de las tareas y variarlas, aporta al mantenimiento de la motivación y a la adaptación al programa a los alcances o retrocesos...” (Juárez y Machinskaya, 2013, 8).

En los últimos años diferentes instituciones le han dado gran importancia al trabajo con personas que presentan necesidades educativas especiales, fundamentalmente con fines humanitarios, políticos y sociales. “Los servicios y productos que caracterizan al sistema de Cultura Física, comprende entre otros, los servicios de actividad física para los niños, adolescentes y jóvenes, vinculados a las instituciones educativas; los servicios de actividad física para los niños no vinculados a dichas instituciones (vías no institucionales); así como los servicios de actividad física para personas con discapacidades físicas y mentales”. (Fernández N., 2007, 3).

Las habilidades psicológicas permiten a los niños realizar actividades deportivas o juegos predeportivos con el entrenamiento o las condiciones favorables para la práctica

de los mismos, desarrollando valores formativos, éticos y culturales; encaminados al colectivismo, la honestidad, la perseverancia, el amor, la disciplina grupal y estimular la integración colectiva.

El juego es un elemento del área social y su rol es dar oportunidades de aprendizaje, permite a los pequeños ganar confianza en las habilidades para hacer una variedad de cosas, relacionarse con los grupos de pares, aprenden a aceptar y respetar normas. “El juego ofrece modos socialmente aceptables de competir, botar energía reprimida y actuar en forma agresiva, (...) predominan los juegos de roles con un argumento que representa una situación de la vida real. Se caracterizan por ser colectivos, tener una secuencia ordenada y una duración temporal mayor. Hay una coordinación de puntos de vista, lo que implica una cooperación. El simbolismo aquí se transforma en colectivo y luego en socializado, es una transición entre el juego simbólico y el de reglas, que implica respeto a la cooperación social y a las normas, existiendo sanción cuando ellas se transgreden. Este juego es el que va a persistir en la adultez”. (Gurola, 2009,18). En ese mismo sentido los juegos tienen valor educativo, garantizan salud y bienestar social.

El principio de la unidad dialéctica de teoría y práctica destaca el rol decisivo de la teoría para penetrar en la esencia de la realidad y orientar la investigación empírica y la práctica hacia la solución de los problemas humanos. Pero el criterio de veracidad de la teoría está en la práctica, en la observación, en el experimento, en la ciencia aplicada, en la vida social. “...Los mejores resultados en la práctica de las actividades físicas se alcanzan ante la presencia de un estado de activación óptimo de las funciones psicofísicas, ya que prepara al organismo para movilizar sus máximas disposiciones y posibilidades de ejecución”. (Sainz de la Torre, 2011, 68). La actividad física aporta beneficios que constituyen eslabón fundamental para la integración de los niños y niñas a nivel psíquico, aparejado al ocio y la recreación.

La recreación tiene características sociopsicológicas que favorecen la formación e integración de quienes la practican, al respecto (Pérez, 2010,15), plantea que:

- 1 “Las personas realizan las actividades recreativas por sí mismas; libres de cualquier obligación o compulsión externa.
- 2 Las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata.

3 El elemento esencial de la recreación no está en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.

4 La recreación es una forma de participación en la que el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad que se satisface”.

Las actividades físicas recreativas contribuyen a enaltecer los valores personales, autovaloración con respecto al medio que le rodea. A través de actividades lúdicas y juegos de participación junto a familiares y amigos se desarrollan habilidades que favorecen la esfera motivacional, los beneficios fisiológicos y se llega a un clima plenamente integrador. La práctica de la actividad física en forma sistemática y regular es un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, mejora la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares y prevención de enfermedades. A nivel del Sistema Nervioso Central: mejora el tono muscular, los reflejos y la coordinación. (Tomado de tesis de maestría de Rivero Gutiérrez, Maira, 2015).

Según Blázquez, 1995, “Los niños en edad escolar necesitan mantener un alto grado de motivación en la tarea para que esta resulte significativa y, mediante la repetición rutinaria de movimientos o partes de ellos, difícilmente podrá lograrse. Además, la supuesta eficacia en cuanto a la asimilación de destrezas deportivas queda en entredicho pues el niño accede al conocimiento por organización progresiva de estructuras y la interacción con el medio va proporcionando las bases para la creación de una estructura global”. (Citado por: Águila y Casimiro, 2000, 2).

La Educación Física tiene gran importancia para el desarrollo de la personalidad. (Sainz de la Torre, 2011, 10), debido a que:

1 “Desarrolla procesos, cualidades y funciones psicológicas necesarias para alcanzar el éxito en las propias acciones motrices y en otras actividades cotidianas.

2 Profundiza la convicción de ser capaces de controlar con efectividad el propio cuerpo.

3 Aumenta las vivencias de éxito, lo que favorece el desarrollo de la autoconfianza y la autovaloración.

4 Disfruta de la práctica de actividades que provocan una gran saturación emocional y satisfacción personal.

5 Sentirse aptos para alcanzar resultados concretos, en unión de otros, lo cual profundiza la identificación a determinado grupo.

6 Vivencia positivamente la capacidad de mantenerse activos”.

Las concepciones teóricas de Alejandro López Rodríguez, el cual en su libro “El proceso de Enseñanza Aprendizaje en Educación Física” (2003) plantea: “es a través de la acción motriz del educando que se desarrolla el proceso físico educativo, entendida como toda su personalidad en un proceso significativo y constructivo del aprendizaje”. (Citado por: Villalobos; Pérez y De León, 2010, 2). Sobre las bases de la anterior consideración es importante resaltar que los niños y niñas aprenden a través de todo lo que sean capaces de realizar por sí mismos, el adulto debe siempre supervisar la actividad que realizan; en las clases de Educación Física el maestro tiene que realizar de forma verbal y demostrativa la acción que tendrán en cuenta para la ejecución de la actividad.

Para niños y niñas con TDAH son fundamentales los deportes en equipos como por ejemplo el Béisbol, Voleibol, Baloncesto, Fútbol; que requieren de una actividad altamente física y total involucramiento, ya que constituyen una oportunidad para aprender habilidades sociales y tomar modelos de comportamientos. El éxito de las actividades dependen en gran medida de la acción del maestro y la contribución de la familia para su cumplimiento, dándoles la oportunidad de actuar, desarrollarse con sus ideas concretas y en el esfuerzo físico como algo recreativo y divertido; es esencial ayudarlos logrando la normalización de las pulsaciones bajo la estimulación de elementos psicoterapéuticos, medioambientales y actividades físicas recreativas como una forma más de integración. “...La clase desde los primeros momentos debe crear las condiciones desde el punto de vista psicofísico en darle respuestas a los objetivos de la Educación Física, creando un marco motivacional adecuado para que el practicante se sienta atraído por esta actividad, que vea en ella un lugar adecuado donde liberar energía física y mental acumulada por la carga intelectual del proceso docente, por las necesidades lógicas de movimientos reprimidas en muchos casos por las necesidades de espacio y de aire de las urbes modernas, y además que sienta el rigor de la práctica del ejercicio físico para el cual se necesita del desarrollo de las cualidades volitivas”. (Cortegaza, 2011, 2).

“Los programas de Educación Física tienen características propias, pues sugieren actividades que el maestro debe seleccionar y organizar con flexibilidad, sin sujetarse a contenidos obligatorios ni a secuencias rígidas. El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de los niños y tomen en cuenta las diferencias que existen entre ellos. De acuerdo con estas ideas, la evaluación que realice el maestro no se guiará por el logro de determinados objetivos, sino por la participación y el interés mostrado por los niños”. (Perera, 2012, 1).

Los maestros deben destacar en las clases encaminadas a la realización de ejercicios físicos la cohesión grupal, la existencia de armonía, y la formación de valores ante las tareas y el propio grupo. Fidel Castro en el Discurso pronunciado en el acto de graduación del Destacamento Pedagógico “Manuel Ascunce Domenech”, efectuado en Ciudad Libertad el 7 de julio de 1981, afirma: “la construcción de una sociedad socialista requiere de hombres instruidos para desarrollar valores en correspondencia con el ideal del nuevo hombre a formar, la enseñanza tiene que ser de calidad”. Entendida como “...aquella en que los sujetos del proceso crean, recrean, producen y aportan de manera eficaz los conocimientos, valores y procesos que contribuyen a perfeccionar la sociedad en su conjunto en todas las dimensiones posibles”. (Citado por: Aldama, s/a, 4).

Para realizar las clases de Educación Física con niños y niñas que presentan necesidades educativas especiales se hace importante tener en cuenta el currículo, las diferentes adaptaciones curriculares, así como los medios y materiales para desarrollarlas; se tienen en cuenta las variables establecidas en los diferentes centros encaminadas a la formación para la transición a la vida adulta, facilitando el desarrollo de la autonomía personal, la integración escolar y social, que por su parte, es un proceso dinámico y multifactorial para personas que se encuentran en diferentes grupos sociales, ya sean por cuestiones económicas, culturales, religiosas o nacionales y se reúnen bajo un mismo objetivo o precepto. (Tomado de tesis de maestría de Rivero Gutiérrez, Maira, 2015).

Los niños y niñas que practican actividades físicas y recreativas, en la mayoría de los casos, adoptan una posición de liberación de las regulaciones existentes en las actividades del aula, donde deben cumplir exigencias que les programan las

asignaturas y tienen que estar horas sin moverse y en silencio, someterse a diferentes tensiones provocadas por la obligación de contestar correctamente las preguntas formuladas por el maestro, acudir a la pizarra a dar solución de un problema, tomar dictados, resolver incógnitas que les serán evaluadas, y todo ello, por muy interesantemente expuesto o por mucha atención que se le desee prestar, va en contra de los deseos de expansionarse, actuar libremente y dar rienda suelta a su vitalidad integral.

El ejercicio físico proporciona gran alegría y satisfacción; y a su vez, propicia la asimilación de acciones dirigidas al fortalecimiento de la conducta, permite apreciar su actuación y la de los demás, juega un papel importante en la orientación espacial a partir de su cuerpo y puntos de referencia en las expresiones de imágenes con movimientos corporales. “La opinión que el niño escuche acerca de sí mismo, a los demás va a tener una enorme trascendencia en la construcción que él haga de su propia imagen. La autoestima tiene un enorme impacto en el desarrollo de la personalidad del niño. Una imagen positiva puede ser la clave del éxito y la felicidad durante la vida”. (Gurola, 2009, 16).

Desde el punto de vista de la ciencia, el deporte contribuye al enriquecimiento de conocimientos científicos. Es importante destacar los avances del deporte para discapacitados, denominados Juegos Paralímpicos y Olimpiadas Especiales que con sus reglas y leyes permiten vencer los objetivos de cada eventualidad y alcanzar mejores resultados en las competencias a través de apoyos en los niveles técnicos tácticos del deporte como igualdad de oportunidades para quienes participan en todo un espectáculo deportivo.

Con el desarrollo de la Ciencia y la Técnica se establecen diferentes condiciones para el mejoramiento del estado de salud, tanto físico como mental de las personas con discapacidades; especialmente el deporte adaptado enriquece la búsqueda de soluciones desde las nuevas tecnologías para la participación activa en diferentes eventualidades, permite al entrenador la interrelación con el deportista, programar las cargas físicas de acuerdo a las posibilidades y el rendimiento que es capaz de aportar.

Es importante señalar la perseverancia de quienes se enfrentan a sus propias condiciones físicas y mediante aditamentos adaptados, en muchas ocasiones logran

metas que parecían imposibles alcanzar; para esta tarea el entrenamiento deportivo como disciplina de la ciencia contribuye a prestar mejor atención a las individualidades, vincularse con otras ciencias como la Biomecánica, la Bioquímica y la Psicología para establecer las correctas mediciones que permiten los logros propuestos tanto por el entrenador como por el propio deportista. “Este proceso debe estar correctamente organizado, dentro de un sistema científicamente concebido a través de la planificación organización y control del entrenamiento”. (Cortegaza, 2010, 2).

Se utiliza el deporte recreativo con el objetivo de diversión, relación social, sentirse útil, integración social; y el deporte competitivo que se caracteriza por la superación de sí mismo y la búsqueda de resultados para las competencias. Este deporte contribuye al desarrollo personal a través de sus logros, la mejora de sus marcas y mayor autonomía. También se utiliza el deporte con fines terapéuticos con el objetivo de perfeccionar aquellas cualidades que se han ido desarrollando con anterioridad; pueden ser mediante juegos o deportes adaptados, dependiendo de diferentes factores motivacionales e implementos que se tengan destinados para estos fines; brevemente “...cualquier defecto, es decir, cualquier deficiencia corporal pone al organismo ante la tarea de vencer ese defecto, eliminar la deficiencia, compensar el prejuicio orgánico ocasionado”. (Vigotsky, 1936, 20).

El autor del trabajo considera que en cada centro educativo se le proporcione importancia a las clases de Educación Física y depende, en primer lugar, del propio maestro que las imparte; de igual forma debe existir vinculación con la familia para que contribuya a la realización de las actividades conjuntamente con la escuela. Se debe garantizar dentro del proceso enseñanza aprendizaje la formación de valores patrióticos, morales, éticos, humanistas, cognoscitivos; motivar cada clase destacando las características psicoevolutivas de los niños y niñas, ayudando a dirigir el grupo de estudiantes sin demasiados conflictos; debe corregir errores sin que constituya una agresividad o discriminación hacia alguien específico. El maestro o entrenador tiene que ser capaz de enseñar aprendiendo porque con ellos están casi todo el tiempo, imitan su actuar, se vinculan a las actividades de acuerdo a la satisfacción espiritual y emocional que inspiran quienes los educan. José Martí planteó: “educar es depositar en cada hombre toda la obra humana que le ha antecedido; es hacer a cada hombre

resumen del mundo viviente, hasta el día en que vive, es ponerlo a nivel de su tiempo, para que flote sobre él, y no dejarlo debajo de su tiempo, con lo que no podrá salir a flote; es preparar al hombre para la vida. (Martí, 1991,187).

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO Y RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.

En este capítulo se presenta la muestra utilizada para la investigación, los diferentes métodos y procedimientos estadísticos que fueron utilizados para dar solución al problema planteado, los criterios que sustentan la estrategia didáctica para la integración escolar de niños y niñas con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad, la propuesta de actividades físicas recreativas y los resultados que validan la estrategia elaborada a través del criterio de especialistas.

2.1. Procedimiento metodológico para el desarrollo de la investigación.

Población y muestra.

La población la constituyen los alumnos de quinto grado del segundo ciclo de la enseñanza primaria al cual pertenecen 74 niños. La muestra es intencional, determinada por el cuestionario orientado por los especialistas del Centro de Rehabilitación y Neurodesarrollo (CRN) del municipio Cárdenas. En atención a las observaciones y el resultado arrojado por dicho instrumento realizado a los maestros y padres, se comprobó la existencia de 8 varones y 1 niña diagnosticados con TDAH, para un total de 9 alumnos, lo que representa el 12% de la población.

Tabla No.1 Caracterización de la población y la muestra seleccionada intencionalmente.

POBLACIÓN	FECHAS NACIMIENTOS	SELECCIÓN	MASCULINO	FEMENINO
74	2003 2004	9	8	1

Fuente: Elaboración propia.

Como puede apreciarse en la muestra de la investigación, la incidencia de este trastorno es mayor entre niños que en niñas, (correspondiendo a los criterios descritos en el Manual Diagnóstico y Estadístico, Cuarta Edición, Versión Revisada (DSM-IV-TR). En el caso de los niños, presentan un mayor grado de hiperactividad impulsividad que la niña, lo que lleva a conductas molestas, desorden, falta de pulcritud, comportamientos impulsivos agresivos con los compañeros, en ocasiones enfrentándose con sus maestros, por lo que fue diagnosticado con mayor facilidad. La niña a menudo no presenta problemas de rendimiento académico, sintomatología ansiosa o depresiva y no acostumbra a mostrar conductas molestas.

Tabla No. 2: Caracterización de la muestra de los especialistas.

Muestra	Nivel Académico	Funciones que realiza	Años de Experiencias
1	Dr. c	Director Centro Neurodesarrollo.	40
2	Dr. c	Profesor Cultura Física.	17
3	Ms.c	Profesora Cultura Física	12
4	Ms.c	Logopeda.	15
5	Ms.c	Profesora Cultura Física	37
6	Ms.c	Doctor en Medicina.	19
7	Ms.c	Director FUM Cárdenas.	25
8	Ms.c	Profesor Cultura Física.	30
9	Ms.c	Profesor Cultura Física.	7
10	Ms.c	Doctora en Psicología.	18
11	Lic.	Profesora Cultura Física.	7
12	Lic.	Profesora Cultura Física.	8
13	Lic.	Profesor Cultura Física.	6
Dr. c		Activos	Años de experiencia
2		12	18.53

Fuente: Elaboración propia

MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN:

Para dar solución al problema de investigación y dadas las características del presente trabajo, fueron seleccionados los siguientes métodos:

TEÓRICOS.

Analítico sintético: estuvo dado por revisión y lectura de las fuentes que aportaron los fundamentos teóricos de la investigación y la evolución de las concepciones de la integración escolar de niños con TDAH, en la interpretación de los resultados derivados de la estrategia didáctica, en la elaboración y fundamentación de la concepción teórica asumida para la superación y la determinación de las conclusiones parciales y generales.

Inductivo deductivo: permitió el estudio de elementos particulares sobre los trastornos por déficit de atención e hiperactividad, lograr la elaboración de conclusiones generales sustentadas en las actividades físicas recreativas para la integración escolar y validación de la estrategia elaborada por el autor.

Histórico lógico: permite revelar la evolución histórica para la integración de niños con TDAH; así como la elaboración de una propuesta de actividades físicas recreativas, para lo cual se ejecutó el análisis documental.

EMPÍRICOS.

Observación: se utiliza como método idóneo para la obtención de datos que se necesitan de forma directa de la propia realidad. Fue escogida para obtener en la práctica los elementos necesarios que reflejan la importancia de actividades físicas recreativas y permiten determinar las particularidades del tratamiento que se brinda a niños y niñas con TDAH para la integración escolar. La observación realizada fue directa y abierta porque se realizó en contacto con el objeto de la investigación.

Entrevista: se realizó a los maestros del grado en cuestión, con el objetivo de recoger la opinión de estos sobre la intensidad con que se manifiesta la conducta real de los niños y niñas en correspondencia con los indicadores de TDAH.

Encuesta: para diagnosticar, obtener información de los maestros acerca de las características de sus alumnos y cuantificar los niños con TDAH.

Para determinar la cantidad de niños y niñas que tienen TDAH dentro de la población seleccionada se aplicó el cuestionario utilizado por el Centro de Rehabilitación y Neurodesarrollo (CRN) del municipio, logrando dar a la investigación un basamento científico y actualizado utilizando el criterio de los especialistas que elaboraron el Manual diagnóstico y estadístico de los procesos mentales (DSM - IV TR, 2001).

Diagnóstico.

El diagnóstico de la situación actual referente a la integración escolar de niños y niñas con TDAH se realiza mediante la revisión de documentos, así como un número sustancial de observaciones de las actividades físicas realizadas, entrevistas y encuestas a padres y maestros indicado por un grupo de especialistas relacionados con la deficiencia que se analiza en la investigación. Esto permitió diagnosticar los casos

factibles para el estudio y confirmó la necesidad de integración escolar en la muestra que se abarca, fundamentada en muchas ocasiones porque algunos maestros de la escuela no permiten la participación activa en las diferentes actividades, debido a las indisciplinas, faltas de respeto con sus coetáneos y relajación del grupo.

Criterios para evaluar la información de la observación

Frecuencia de Observación: Dos veces por semana, durante un mes.

Se observaron ocho clases en el mes de noviembre de 2014, todos los miércoles y viernes en la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, con una frecuencia de duración de 45 minutos.

En la observación realizada participó el maestro de Educación Física y el autor de dicha investigación con el objetivo de evaluar el comportamiento de los rangos del CRN que miden los TDAH, para conocer cómo se manifestaban los niños y niñas.

Dimensiones y criterios a observar:

Tabla No. 3. Dimensiones y criterios de evaluación para la observación.

Componentes
Disciplina y organización.
Disminución de reacciones de ansiedad o intranquilidad.
Disminución de reacciones fóbicas.
Adaptación a las reglas orientadas.
Nivel de concentración hacia las tareas orientadas.
Disminución de discusiones y juegos de manos.
Capacidad de respuesta a las diferentes formaciones.
Motivación y Satisfacción.
Muestran deseos.
Esfuerzo individual.
Demuestran sus habilidades.
Le gustan las actividades.
Estado de ánimo.
Compromiso.
Asistencia y permanencia durante la actividad.
Comportamiento y Relaciones.
Nivel de comunicación alcanzado.
Relaciones en la escuela.
Relaciones en la comunidad.
Nivel afectivo entre los participantes.
Nivel de relaciones interpersonales.

Fuente: Trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Guías prácticas de diagnóstico y tratamiento.

Resultados de la observación.

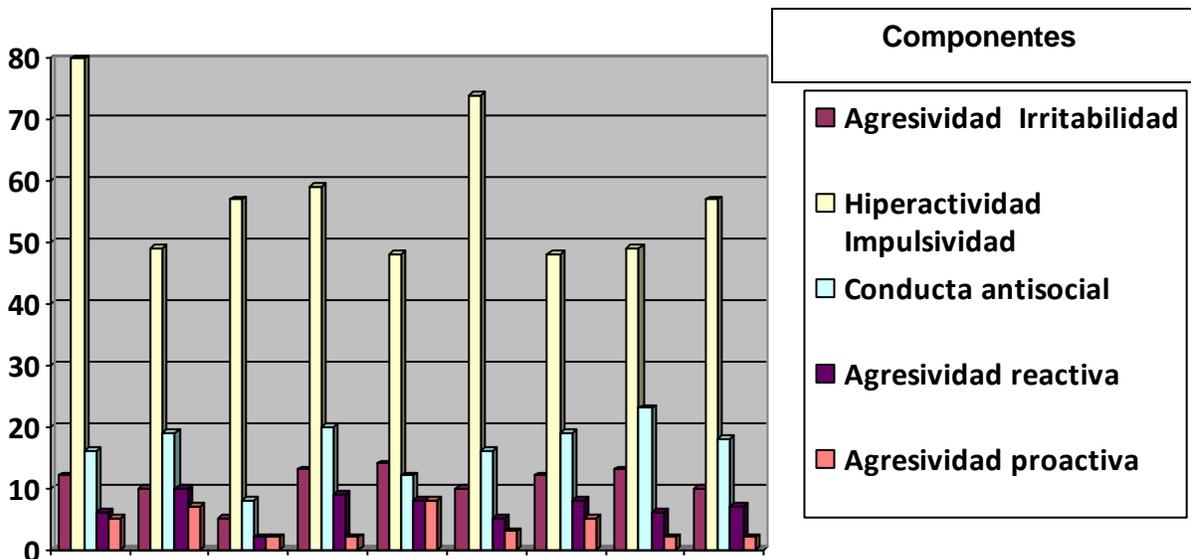
Para valorar los aspectos evaluados a través de la observación, se tuvo en cuenta los criterios que existen en la “Guía práctica de diagnóstico y tratamiento para los trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad”. La observación tiene como objetivo obtener información sobre el comportamiento de los niños durante las actividades a realizar.

Tabla No.4. Comportamiento de los niños y niña durante la observación.

Componentes	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Agresividad Irritabilidad	12	10	5	13	14	10	12	13	10
Hiperactividad Impulsividad	80	49	57	59	48	74	48	49	57
Conducta antisocial	16	19	8	20	12	16	19	23	18
Agresividad reactiva	6	10	2	9	8	5	8	6	7
Agresividad proactiva	5	7	2	2	8	3	5	2	2

Fuente: Elaboración propia, teniendo en cuenta los criterios de la guía práctica de diagnósticos.

Figura No. 1 Gráfica de comparación del comportamiento de los niños durante la observación.



Fuente: Elaboración propia, teniendo en cuenta los criterios de la guía práctica de diagnósticos.

Durante la observación de las clases de Educación Física, el autor del trabajo teniendo en cuenta los rangos del CRN, pudo determinar que habían 8 niños y 1 niña que presentaban características conductuales de hiperactividad, influyendo de forma negativa en el grupo, lo que no permite que el maestro realice las clases con la calidad requerida, teniendo en ocasiones que llamar la atención o detener la actividad porque estos se distraían con facilidad; por lo antes expuesto, se proponen un grupo de actividades físicas recreativas que contribuyan a mejorar la conducta y participación de los alumnos con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.

El componente hiperactividad impulsividad, se encuentra por encima del rango (más de 47) para todos los niños (anexo 4), fundamentado en que esta es una de las características con mayor énfasis del trastorno que se analiza en la investigación.

Evaluación de la entrevistas y encuestas realizadas.

La entrevista y encuesta a padres y maestros se realizó con el objetivo de conocer sus opiniones relacionadas con la integración escolar de los niños y niñas utilizados en la muestra. Se entrevistaron a 9 padres que representan el 100 %, y 3 maestros, que representan el 100 % ya que hay niños que están en una misma aula. Se tuvo en cuenta los criterios referentes a:

- Atención a las clases que se imparten en el aula.
- Participación en actividades culturales, deportivas y recreativas.
- Creatividad y motivación.
- Relaciones con sus coetáneos.

A través de entrevistas realizadas a los maestros del centro y la experiencia de trabajo acumulada por más de seis años, se confirma que en la actualidad, la atención especializada dirigida al trabajo con los alumnos de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas que presentan Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad, no satisfacen las necesidades existentes de la escuela, lo que está incidiendo en los modos de actuación, reflejado en los resultados académicos, la disciplina escolar y comunitaria, la interrelación y comunicación entre alumnos y con los maestros. Esta situación requiere de atención y en tal sentido la investigación asume las potencialidades de la Educación Física para el trabajo con estos niños y niñas, a través de una propuesta de actividades físicas recreativas.

2.2 Las actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.

Para la elaboración de la propuesta de actividades físicas recreativas para los niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez, se tuvo en cuenta el criterio de P. Córdoba, 2008, con modificaciones del autor en el trabajo de diploma que se presenta.

Los niños y niñas que practican actividades físicas y recreativas, en la mayoría de los casos, adoptan una posición de liberación de las regulaciones existentes en las tareas del aula, ya que no tienen que someterse a diferentes tensiones provocadas por la obligación de contestar correctamente las preguntas formuladas por el maestro, acudir a la pizarra a dar solución de un problema, tomar dictados, resolver incógnitas que les serán evaluadas, y todo ello, por muy interesantemente expuesto o por mucha atención que se le desee prestar, va en contra de los deseos de expansionarse, actuar libremente y dar rienda suelta a su vitalidad integral.

El ejercicio físico proporciona gran alegría y satisfacción, y a su vez, propicia la asimilación de acciones dirigidas al fortalecimiento de la conducta, le permite apreciar su actuación y la de los demás; juega un papel importante en la orientación espacial a partir de su cuerpo y puntos de referencia en las expresiones de imágenes con movimientos corporales.

Antes de realizar cualquier actividad con los niños y niñas con TDAH debe tenerse en cuenta que ningún juego puede tener carácter competitivo ya que esto traería consigo aumentar la dificultad y provocar discusiones y problemas con su actitud dentro del grupo, debe trabajarse en elevar su autoestima y seguridad en la realización de cualquier tarea logrando en ellos disminuir los aspectos negativos de su personalidad.

Mejores actividades para el niño con TDAH.

Deportes en equipo

- Béisbol, básquetbol, fútbol, deporte en equipo que sea una actividad altamente física y requiera de relaciones grupales, siendo una buena oportunidad para aprender habilidades sociales y tomar modelos de comportamiento.

- Karate o Tae Kwon Do

Estas actividades incluyen el rol de un modelo (el instructor), instrucciones claras e interacción con compañeros, así como requieren de absoluto control mental y físico.

- Boy Scouts

Esta la mejor actividad disponible para el niño y niña con TDAH. Para que esto sea más efectivo, los líderes scouts deben tener entrenamiento sobre cómo trabajar con los alumnos, y uno de los padres puede participar como miembro activo en la tropa exploradora.

Actuación

El escenario y el teatro son extraordinarios para el niño y niña con TDAH. Tener la oportunidad de actuar diferentes personajes y escenas es una magnífica salida para la imaginación creativa del niño con TDAH.

Modelos a escala, escultura, trabajo con madera o actividades mecánicas

A la mayoría de los niños y niñas con TDAH les gusta resolver problemas o rompecabezas. Ayudarlos a aprender cómo cambiar sus ideas en realidades concretas y terminar completamente un proyecto que empezaron, es extremadamente recompensantes para todos los involucrados, pero especialmente para el niño o niña con TDAH. Una vez que la tarea se completa, los alumnos tienen un éxito sólido, visible y, pueden decir: ¡Yo puedo hacerlo!

Natación

Es una actividad de inmersión total que requiere un esfuerzo físico y total concentración, con el plus de que es divertido.

Clases de Arte o de Música

Es esencial ayudarle al niño o niña con TDAH a expresarse por sí mismo; el arte y la música son dos maneras grandiosas de hacerlo; y no es sólo esto, estamos hablando más de la auto expresión.

Actividades a evitar:

Excesiva Televisión

Recientes estudios médicos indican que el efecto de la violencia que se ve en la televisión, pueden tener un impacto negativo en las habilidades y valores de desarrollo del niño o niña con TDAH. El cerebro del niño y niña con TDAH está desprovisto de las

sustancias que ayudan a bloquear y hacer una elección selectiva de los mensajes que son presentados y grabados. La televisión, al igual que los videojuegos, es una actividad pasiva y aislada que resta tiempo para aprender habilidades de su desarrollo, de interacción social, o realizar ejercicio físico que el niño necesita para crecer y convertirse en un adulto sano. En efecto, la televisión puede contribuir a hacer más difícil el aprendizaje y las habilidades sociales.

Videojuegos

Las investigaciones muestran que en el cerebro de los niños y niñas con TDAH, los juegos reducen la línea base de actividad cerebral. El resultado puede ser un cerebro hiper enfocado, que los vuelve adicto a los juegos, que hacen que no tenga límites razonables. El estar buscando la recompensa de hacer algo bien en el juego para compensar su bajo nivel de solución puede llevarlos a sentirse inferior y mal, con serios trastornos de su conducta.

Actividades a desarrollar con los niños y niñas con TDAH:

Para la realización de esta investigación se aplicarán en dos bloques un grupo de actividades físicas recreativas, como juegos dinámicos combinados con actividades acuáticas con influencia de los factores del medio ambiente, en su importancia como factor esencial del modelo social educativo en la enseñanza escolar de los niños y niñas con déficit de atención e hiperactividad. Se propone que la aplicación de los mismos tengan un tiempo de duración de 6 meses con 2 frecuencias semanales en un tiempo de duración aproximado de 45 a 120, minutos, los viernes a las 5:00pm y los sábados a las 10:00am; para ellas debe contar con la colaboración de familiares, maestros, educadores, especialistas, promotores de recreación y el autor de la propia investigación. Para contribuir y facilitar la organización de las actividades según el lugar determinado para su realización, los implementos o medios a utilizar, así como el personal en su traslado, se utilizará transportaciones locales como los coches con caballos.

Los lugares seleccionados para su realización y aplicación pueden ser el terreno de Educación Física de la escuela primaria Oscar Rodríguez, piscina Esteben Hernández de nuestro municipio y otros lugares adecuados para efectuar juegos dinámicos.

Propuesta de aplicación del primer bloque a desarrollar.

(Actividades terrestres)

En el diseño de estas actividades hay que tener en cuenta que el niño y niña hiperactivo con déficit de atención no suele centrarse durante muchos minutos en una misma tarea, por lo que esta ha de ser clara, breve y fácil de ejecutar si se quiere obtener buenos resultados. Están orientadas básicamente para incrementar la inhibición muscular, la relajación, el control corporal y la atención.

Estas actividades se desarrollaran en el terreno de Educación Física de la escuela primaria Oscar Rodríguez u otra área que permita su realización.

1- “Atención al Detalle”

Objetivo: Incidir en los escolares para mantener una atención activa y concentrada, que eleve el nivel cognoscitivo e intelectual de los mismos.

Consiste desde la posición de sentado, se observa detalles de dibujos, imágenes y fotografías de plantas, animales, bosques o ríos. Se muestran al escolar diferentes ilustraciones durante un corto período de tiempo, después ha de contar y pormenorizar los detalles que recuerde. Se le pregunta acerca de los colores de plantas y animales, tamaños, y otros detalles.

Puede hacerse con historias o descripciones de mascotas inteligentes que ellos conozcan o de plantas olorosas y medicinales. Es importante valorar si se distrae durante la lectura o la visualización de los dibujos, para repetir el ejercicio tantas veces como sea necesario. Al final se le estimula moral, ejemplo, aplausos.

2- “Haz Grupos”

Objetivo: Incidir en los escolares a mantener una atención activa y concentrada, que acceda a mejorar el coeficiente cognoscitivo.

Consiste en clasificar series de objetos diferentes en un tiempo mínimo de 1 minuto. El niño o niña, ha de agrupar y clasificar los objetos presentados según sus características comunes como formas y colores, ejemplo, pomos de colores, cubos de madera, banderas, entre otros. El niño que escoja sus objetos correctamente y en el menor tiempo posible será el ganador y se le realiza estímulo moral.

3- “No te Pierdas”

Objetivo: Incidir en el estado de hiperactividad, para favorecer el nivel de concentración

y la atención para no distraerse, estimulando las actividad de la conducta.

Consiste en que se reparten hojas con laberintos impresos, tienen que ser capaces de pasarlo realizando una línea sobre él sin levantar el lápiz hasta que logren salir del mismo, cada vez que se repita el juego irá aumentando la dificultad de los caminos.

4- “Como un Globo”

Objetivo: Contribuir a una relajación activa incidiendo en el déficit de atención y el estado de hiperactividad.

Consiste en realizar una inspiración muy lentamente, dejando que entre el aire por los pulmones y el abdomen (respiración diafragmática). Este último se va a ir convirtiendo en un globo que se va hinchando a un ritmo lento, después se deja escapar el aire y sintiendo como el globo se va desinflando poco a poco hasta quedar vacío.

5- “Carrera de Babosas”

Objetivo: Incidir en la mejora del estado de hiperactividad impulsividad, sosteniendo un estable control del nivel de concentración de la atención.

Consiste en una competencia de carrera entre el especialista y los escolares, imitando a una babosa. El ganador es el que llega de último a las diferentes metas que hay en el recorrido, de manera que irán avanzando muy lentamente entre los obstáculos por el recorrido trazado, ejercitándose en movimientos sumamente lentos y sosteniendo un estable autocontrol de la impulsividad. Paradójicamente en esta ocasión aprenderá que la recompensa llega cuando uno es capaz de esperar, de tener paciencia y realizar movimientos muy lentos; en cada tramo el ganador es estimulado con aplausos.

6-“Yo sí puedo”

Objetivo: Educar en el niño o niña la expresividad, el equilibrio, concentración en el lenguaje y la elaboración de respuestas positivas que toleren la ejecución de tareas concretas y acciones con éxito, induciendo la responsabilidad como tarea esencial.

Esta es una tarea basada en la técnica de la auto instrucción. Pretende modificar las verbalización interna que se da cuando se realiza una actividad y es sustituida por mensajes más apropiados para lograr su éxito. Consiste en enseñar al niño o niña a pensar, en aprender un modo adecuado de resolver los fracasos, hacer frente a nuevas demandas y aumentar la resistencia a la demora de las recompensas.

Se coloca en cada mano una cuchara, cada una con una pelota pequeña, el niño o niña

intentara llevar las pelotas hasta el final del recorrido sin que se les caigan de las cucharas, además se trazará una línea recta por donde tendrá que cruzar muy lentamente sin salirse de ella. Se le explica que van a ir transmitiendo en voz alta lo que va haciendo y que tiene que lanzarse mensajes positivos como si fueran sus propios entrenadores personales, tales como:

“Bien, ¿qué es lo que tengo que hacer?”

“Tengo que.....”

“¡Despacio y con cuidado!”

“Qué bueno lo estoy haciendo bastante bien. “Recuerda: he de ir sin prisa”

(Ante un error): “¡Vaya no creí que...bueno no pasa nada!, sólo tengo que continuar.

Aunque cometa un error puedo seguir haciéndolo lentamente y con atención”.

“¡Acabé, lo hice muy bien!”.

7- “Macao a casa”

Objetivo: Estimular la inhibición de los procesos de hiperactividad impulsividad y establecer un nivel general de atención conectivo afectivo, e incluir el control corporal para desarrollar tareas a un nivel bajo de ejecución.

En una postura de cubito prono, el niño o niña imita un macao que se va a ir escondiendo, recogiendo todas sus partes corporales, su cabeza, replegando sus patas, en fin todo su cuerpo, hasta que sólo se vea el caparazón.

Deben haber encogido todo su cuerpo. A continuación el técnico anuncia que ha salido el sol, es el momento que los niños y niñas vuelven a asomar muy despacio su cabeza, todas sus partes corporales, dejándolas distendidas y relajadas.

Propuesta de aplicación del segundo bloque a desarrollar.

(Actividades Acuáticas)

En algunas investigaciones realizadas a nivel mundial se ha detectado que los factores abióticos son favorables por las influencias fisiológicas y terapéuticas que ejercen sobre el organismo humano. El agua como elemento abiótico tuvo gran importancia porque:

1. Permite una relajación constante del aparato neuromuscular.
2. Inhibe el proceso de hiperactividad Impulsividad.
3. Permite hidratar la piel y eliminar células muertas del tejido epitelial.

4. Inspira respeto inhibiendo el proceso de hiperactividad Impulsividad, acelerando la corteza cerebral y la concentración de la atención para elaborar respuestas concretas. El aire y la luz solar son elementos que permiten mantener el equilibrio del medio interno y externo del organismo durante la entrega de calor o pérdida del mismo (lo frío y lo cálido), como también la luz da sensación de confianza y valentía; el aire da armonía y tranquilidad.

Actividades a desarrollar en la piscina “Esteban Hernández” del municipio Cárdenas.

1- “A cruzar el río”

Objetivo: Interactuar con los factores abióticos del medioambiente, desarrollando en los niños y niñas destrezas, valores, responsabilidad y concentración de la atención.

Esta actividad consiste en cruzar a lo ancho la piscina en pareja, en el extremo más bajo hasta el otro lado, todo ello donde el agua es menos profunda para los escolares. Deben cruzar con un globo sostenido a la altura del pecho entre los dos integrantes colocados uno frente al otro sin tocarlo con las manos, realizando el recorrido de forma lenta. Se estimulan, a medida que lo logran realizar, con aplausos.

2- “Que no caiga”

Objetivo: Incidir en los estímulos de la atención, firmeza, responsabilidad, seguridad y, formalidad para interactuar con los factores abióticos.

Esta actividad consiste en trasladar con una cuchara sostenida en su boca una fruta y se comienza desde el punto determinado de la piscina de menor profundidad. En uno de sus laterales se encontrará un cubo con las frutas; los niños y niñas tendrán que demostrar sus habilidades y destrezas tratando de transportarlas todas, una a una, con dicha cuchara hasta la posición indicada al otro extremo en el cual se encuentra otro cubo para introducir las frutas que se van transportando. Al finalizar todos se le estimularan con un aplauso y una bolsa de estas frutas.

3- “El Buzo”

Objetivo: Transmitir a los niños y niñas un nivel de confiabilidad, concentración de la atención, valor y, seguridad para interactuar con los factores abióticos, que tributen a la mejora de los estados de hiperactividad.

Consiste en que los escolares aguanten la respiración debajo del agua, y estén completamente relajados, indicándoles que mientras realizan el juego se concentren en

el conteo de números de forma reversa o la repetición de colores, logrando mantenerse el mayor tiempo posible relajado debajo del agua.

4- “Barquito de Papel”

Objetivo: Desarrollar el nivel de creatividad, de responsabilidad y de concentración de la atención.

Con esta actividad se pretende que los escolares simulen un barquito construido con poli espuma, cargado de lápices; este será transportado desde un punto determinado hasta un extremo de la piscina, ganará el niño o niña que logre realizar el recorrido más lento y que llegue con la mayor cantidad de lápices posible en el tiempo acordado; se estimulan con aplausos los que logran realizar la travesía.

5- “Números al agua”

Objetivo: Desarrollar la responsabilidad, la concentración de la atención, la capacidad de resistencia aerobia.

Esta actividad consiste en lograr que los escolares recojan las pelotas que están dentro del agua agrupadas en una esquina de la piscina; cada una de ellas tendrá un número. Al niño o niña se le asigna una combinación numérica; sumergiendo la cabeza observarán para obtener las pelotas adecuadas, se estimularan con aplausos a los niños o niñas que recojan las pelotas indicadas.

Las pelotas deben ser construidas de tela con una piedra en su núcleo para que no floten.

6- “Relajado como una hoja”

Objetivo: Incidir en el niño o niña en su relajación profunda de todo su aparato locomotor, logrando la normalización de las pulsaciones bajo la estimulación de elementos psicoterapéuticos medioambientales.

Esta consiste en realizarles ejercicios de relajación en el agua a los niños y niñas donde cargando (los técnicos o padres) sus cuerpos y pronunciando palabras de efectos psíquicos, de seguridad y confianza permita que estos realicen la flotabilidad y otras variantes, en las que ellos serraran sus ojos, tratando de mantener una confiabilidad en lo que indica el técnico. Se crea un ambiente agradable de interacción mutua y de recuperación.

2.3 Validación de la propuesta de actividades por consulta a especialistas.

Criterio de especialistas: este término se relaciona con el ejercicio de la profesión en relación con el objeto de estudio de la investigación. El especialista es el que practica una rama determinada de la ciencia. (Mesa M., Guardo M. E. y Vidaurreta R. 2011)

Los especialistas cumplen con determinados requisitos para:

- Valorar la factibilidad, aplicabilidad, viabilidad de una propuesta dada.
- Obtener una consideración que justifique o constate si es apropiada para las condiciones actuales del proceso para el cual es elaborado una determinada propuesta científica.

Aspectos que se someten a consideración del criterio de especialistas:

- Determinar los indicadores que evalúan una variable de la investigación (definiciones operacionales).
- Determinar los componentes de un modelo, sistema u otros.
- Evaluar la estructura, contenidos, operatividad de diferentes implementaciones.
- Construir o validar pruebas o test con diversos fines.

Los especialistas se distinguen por la experiencia en el objeto “concreto pensado” propuesto por el investigador, y caracterizarse por ser críticos, con disposición para cooperar, entre otras características deseables. Cuando se hace referencia al criterio de especialistas es porque se ha considerado que estos profesionales no son especialistas de máxima competencia, pero que para los fines investigativos sus opiniones son válidas.

El criterio de especialistas demuestra, que a través del mismo, se logran corregir y perfeccionar resultados científicos propuestos (sistemas de acciones, programas, metodologías y otros).

En el caso específico de la investigación que se realiza, el criterio de especialista se utilizó para valorar la *factibilidad, aplicabilidad y viabilidad* de la propuesta de actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas.

Para la selección del grupo de especialistas se tuvieron en cuenta los siguientes indicadores:

- Experiencia docente e investigativa en el ámbito de la Educación Física.

- Cinco años como mínimo de experiencia profesional.
- Ser graduado de Licenciatura en Cultura Física o Psicología.
- Ser Doctor o Master en ciencias.

Tabla No.5. Análisis de los resultados del Criterio de Especialistas.

Especialistas	Factibilidad		Viabilidad		Aplicabilidad	
	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
1	X		X		X	
2	X		X		X	
3	X		X		X	
4	X		X		X	
5	X		X		X	
6	X		X		X	
7	X		X		X	
8	X		X		X	
9	X		X		X	
10	X		X		X	
11	X		X		X	
12	X		X		X	
13	X		X		X	
Total	13	0	13	0	13	0
%	100	0	100	0	100	0

Fuente: Elaboración propia

Esta tabla muestra que el 100% de los especialistas consultados opinan que la propuesta de actividades físicas recreativas para la integración escolar de niños y niñas con TDAH de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas posee factibilidad, viabilidad y aplicabilidad, además se propone aplicar para conocer el grado de efectividad, por lo que consideran que es apropiada en las condiciones actuales del proceso para el cual es elaborada la propuesta científica.

En los aspectos valorados por los especialistas se comprueba que las actividades elaboradas por el autor se encuentran en el rango que abarca el Manual para la aplicación de las escalas (anexo 4); lo que indica la pertinencia de la propuesta

mediante actividades físicas recreativas para el trabajo con los niños y niñas que presentan Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, a través de las clases de Educación Física. No se requiere cambiar ninguno de los aspectos que están dentro de la propuesta elaborada por el autor. Los resultados de la validación de actividades a partir del criterio de especialistas, permite que pueda ser aplicada en el escenario para la cual fue elaborada.

CONCLUSIONES

Se logró establecer los fundamentos teóricos que abordan la temática del objeto de estudio de forma actualizada sobre las características de los niños y niñas con TDAH. Se determinó el estado de la situación actual sobre el nivel de integración escolar de la población que conforma la muestra, teniendo en cuenta la observación, encuestas y entrevistas; como las valoraciones de los especialistas. Se elaboró la propuesta de actividades para los niños y niñas con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas, a través de la Educación Física. Las actividades diseñadas abarcan diferentes contenidos y ofrecen coherencias metodológicas para contribuir a su aplicación con calidad en la integración escolar de los mismos. Se determinó la pertinencia de la propuesta de actividades a través del criterio de especialistas con resultados positivos, dándose cumplimiento al objetivo general de la investigación.

RECOMENDACIONES

- Implementar la propuesta de actividades físicas recreativas y dar seguimiento a sus resultados sobre la integración escolar de niños y niñas con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad, a través de la Educación Física.
- Proponer a los Especialista del Centro de Diagnóstico y Orientación del municipio Cárdenas, la instrumentación de pesquisa de niños y niñas con TDAH.
- Sugerir el uso de los documentos elaborados referentes a las pautas para maestros y orientaciones para padres, dándoles a conocer la conducta a seguir con los niños y niñas con TDAH. (Anexos 5 y 6).
- Continuar el estudio de la temática planteada desde la práctica de actividades físicas y la realización de acciones metodológicas y educativas, para la preparación de los maestros de Educación Física en el nivel primario.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Abrego, Gabriela M.; Ruíz Pineda, Lizeth G.; & Pérez - Ortiz, Alfonso (2010). Learning disorder and add effect in the T.O.V.A in children. Centro Integral de Atención Neuropsicopedagógica. México. Vol.2, no. 3. 7 p.
2. Águila Soto, C. y Casimiro Andújar, A. (2000). Consideraciones Metodológicas para la enseñanza de los deportes colectivos en edad escolar. España. Universidad de Almería. 4 p
3. Aldama Pino, Miguel Ángel / s. a. /. La filosofía de la Educación en el pensamiento de Fidel Castro como base de la política educacional cubana. Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”. 16 p.
4. Akhutina, Tatiana (2009). Neuropsychology of school-children: a historic-cultural perspective. Moscú, Rusia. 14 p.
5. Alvero Francés, F. (2008). Manual de la Lengua Española Diccionario Cervantes. TI – II. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
6. Arias Beatón, Guillermo. (2010). La atención y educación temprana una premisa esencial para la integración social. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana. 33 p.
7. Ballester Pérez, María Teresa. (s/a). Adaptaciones curriculares en problemas de comportamiento: un caso de hiperactividad. Colegio Público López Marco Sallano. Consejería D´Educación. Valencia.
8. Barraza Macías, Arturo (2002). Discusión conceptual sobre el término “integración escolar”. Universidad Pedagógica de Durango. México. 9 p.
9. Cañizares Hernández, Martha (2008). La Psicología en la Actividad Física. Su aplicación en la educación física, el deporte, la recreación y la rehabilitación. Ciudad de la Habana. Editorial Deportes. 241 p.
10. Catelan-Mainardes, S. C. (2010). Transtorno de Déficit de Atençaõ e hiperatividade na infancia e adolescência pela perspectiva da neurobiologia. Saúde e Pesquisa. 391 p.
11. Colectivo de autores. (2001) Programa y Orientaciones Metodológicas Educación Física. Educación Primaria 2do Ciclo.

12. Colectivo de autores. (2006). El alumno con TDAH. Trastornos por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Editorial Mayo. Barcelona. 2da edición. Madrid.
13. Cortegaza Fernández, Luis (2010). La Teoría y Metodología del Entrenamiento como Ciencia. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas. 25 p.
14. _____ (2011). La Clase de Educación Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas. 21 p.
15. Fernández Nieves, Yamila (2007). Prevención de las Necesidades Educativas Especiales (NEE). Fundamentos teórico básicos de la atención prenatal y temprana. Editorial Deportes. 467 p.
16. Gasteiz, Victoria (2006). Guía de atención con el alumnado con TDAH (Déficit de atención con hiperactividad). Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco.
17. Geraldi Haase, Vitor... et al. (2012). Neuropsychology and interdisciplinarity: consensus of the Brazilian community of researches and practitioners of Neuropsychology. Belo Horizonte, MG. Brasil. Vol. 4, no. 4. 8 p.
18. Goncalves, Hosana A.; Pureza, Janica R. & Prando, Mirella L. (2011). Trastorno de déficit de atenção e hiperatividade: breve revisão teórica no contexto da neuropsicología infantil. Revista Neuropsicología Latinoamericana. Pontificia Universidade Católica do Río Grande do Sul, Brasil. 5 p.
19. Gurola Camacho, Dalia Irma (2009). Indicaciones metodológicas para integrar a niños y niñas con Hiperactividad a la clase de Educación Física de nivel primaria. Tesis en opción al Título de Máster en Ciencias y Juegos Deportivos. Centro de Estudios Educativos y Sindicales Sección 54 del SNTE Hermosillo, Sonora. Universidad de Matanzas. Facultad de Cultura Física. 69 p.
20. Juárez Barrera, Jemila B. y Machinskaya, Regina (2013). Réhabilitation neuropsychologique dans le cas d' une lésion frontotemporal droite résultant d' un traumatisme crânien. Moscú, Rusia. Vol. 5, no. 1. 9 p.
21. López Rodríguez, Alejandro. (2003). El proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física
22. Martí Pérez, José (1975 a): Obras Completas, T 4. La Habana. Editorial Ciencias Sociales. 248 p.

23. _____ (1975 b). Obras Completas. T 18. Ciudad de la Habana. Editorial Ciencias Sociales. 427 p.
24. _____ (1991). Ideario Pedagógico. Ciudad de la Habana. Editorial Ciencias Sociales. 187 p.
25. _____ / s.a. /. Cuadernos de Apuntes. Obras Completas. 21. Editorial Ciencias Sociales. 231 p.
26. Medrano Nova, Irma E.; Flores Lázaro, Julio C. y Conseco Alba, Ana G. (2010). Relationship between mental flexibility (WCST performance) and intelligence in attention deficit hyperactivity disorder. México.Vol.2, no. 2. 26p.
27. Mesa Anoceto, Magda; Guardo García, María Elena y Vidaurreta Bueno, Rodolfo R. (2010). Distinciones entre criterio de expertos, especialistas y usuarios en la evaluación de un resultado científico. Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”.
28. Moreno Agundis, Martha S. y Bonilla Sánchez, María del Rosario (2013). Neuropsychological intervention in adolescent whit learning disabilities. Case analysis. Vol. 5, no. 1. 9 p.
29. Pascual Fis, Ana (2009). Actividad Física Adaptada. Educación Especial. La Habana. Editorial Deportes. 147 p.
30. Perera Díaz, René (2011). La Clase de Educación Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas. 21 p.
31. _____ (2012). Antología Tema III. Planeación de la Educación Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas. 13 p.
32. _____ (2014). La carrera de Licenciatura en Cultura Física en la Universidad de Matanzas. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas. 15 p.
33. Pérez Sánchez, Aldo (2010). Recreación. Fundamentos Teórico Metodológicos. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana. Cuba. 199 p.
34. Rivero Gutiérrez, Maira. (2015). Estrategia Didáctica para la integración escolar de niños de 10 y 11 años con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad. Tesis para optar por el título de Máster en Educación Superior. Bases científicas y metodológicas de la Cultura Física. Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”.

35. Rodríguez Hernández, Pedro Javier; Santamaría Ramiro, María Teresa; Figueroa Quintana, Ana (2010). Trastornos del comportamiento. Guía Didáctica. Servicio Canario de la Salud. 52 p.
36. Ruíz Calleja, José Manuel (2000). La Gestión Universitaria y el rol del profesor. En su: Fundamentos teóricos y metodológicos de la dirección y la gestión científica de los procesos educativos. 1-35 p.
37. Sainz de La Torre León, Norma (2011). Psicopedagogía de la Educación Física y el Deporte Escolar. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana. 148 p.
38. Singer, Vivian y Cuadro Ariel (2010). Reading disabilities intervention programs. Revista SLAM. Vol. 2, no. 1. 86 p
39. Orúe Sánchez, Elsa María Dra. (2009). Tesis de Maestría Algoritmo para el Tratamiento Integral de Escolares con Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad. Facultad de Ciencias Médicas "Juan Guiterras Gener". Matanzas.
40. Taylor, E. (2000). *El niño hiperactivo*. Editorial Edaf. Madrid.
41. Vigotsky, L.S. (1936): Fundamentos de Defectología. Tomo V. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, Cuba. 232 p.
42. _____ (1934). Psicología y el estudio de la localización de las funciones psicológicas. Obras escogidas. Tomo 1. Moscú, Pedagogía. 168-174 p.
43. Villalobos Trujillo, José Ramiro. Pérez Delgado, Edel y De León Ramos, Glisvel (2010). Actividades físicas recreativas para el déficit de atención hiperactiva en niños de 8 y 9 años de la comunidad "Micro A", Poblado Gaspar. Ciego de Ávila. Cuba.
44. Libro digital. Manual diagnóstico y estadístico de los procesos mentales (DSM-IV TR). (2001). Colectivo de autores.
45. Multimedia EcuRed. (2011). Centro de desarrollo Territorial Holguín. Beneficios de la Educación Física en la Educación Primaria.
46. Revista Digital (2008). Internet. P. Córdoba. Buenos Aires.

ANEXOS

Anexo 1 (d'Ormano, Elisabeht. s/a)

Con el propósito de conocer el comportamiento del niño en su medio circundante, se aplica la siguiente entrevista a los maestros.

Se le informa al maestro que puede sospechar la presencia de un TDAH si observa en el alumno:

- Incapacidad para resistirse a las distracciones.
- Necesidad de movimiento continuo.
- Errores repetidos:
 - Por omisión o adición (quitar o poner letras a las palabras).
 - Por sustitución (unas palabras por otras).
 - Por comprensión escasa a nivel verbal (oral o escrita).
 - Por desmotivación o rechazo de actividades que requieran esfuerzos mentales.
 - Por inconsistencia en la respuesta (casi siempre bien y, de vez en cuando fallos graves o rendimiento muy irregular en general).
 - Por desorganización de las tareas.
 - Por impulsividad y falta de razonamiento (responden antes incluso de terminar la pregunta).
 - Rendimiento inferior a lo esperado por su aparente capacidad.
 - En general, ejecución irregular, atropellada, desorganizada.

Anexo 2

Para la realización de la encuesta a maestros y padres se emplea el siguiente cuestionario del DSM-IV a padres y maestros para determinar con criterio científico los casos de TDAH.

Criterios diagnósticos actuales del trastorno de déficit de atención hiperactividad (DSM-IV-TR).

Criterios de desatención.

1.- A menudo no muestra atención suficiente a los detalles y comete errores por descuido en las tareas escolares, en el trabajo o en otras actividades.

Si _____ No _____

2.- A menudo tiene dificultades para mantener la atención en tareas o en actividades de juego.

Si _____ No _____

3.- A menudo parece no escuchar cuando se le habla directamente.

Si _____ No _____

4.- A menudo no sigue instrucciones y no finaliza tareas escolares, encargos u obligaciones en el centro de trabajo (no se debe a comportamiento negativista o a incapacidad para comprender instrucciones).

Si _____ No _____

5.- A menudo tiene dificultades para organizar tareas y actividades.

Si _____ No _____

6.- A menudo evita, le disgusta o es renuente en cuanto a dedicarse a tareas que requieren un esfuerzo sostenido (como trabajos escolares o domésticos).

Si _____ No _____

7.- A menudo extravía objetos necesarios para tareas o actividades (por ejemplo, juguetes, ejercicios escolares, lápices, libros o herramientas).

Si _____ No _____

8.- A menudo se distrae con estímulos irrelevantes.

Si _____ No _____

9.- A menudo es descuidado en las actividades diarias.

Si _____ No _____

Criterios de hiperactividad/impulsividad

1. A menudo mueve en exceso manos o pies, o se remueve en su asiento.

Si _____ No _____

2.- A menudo abandona su asiento en la clase o en otras situaciones en que se espera que permanezca sentado.

Si _____ No _____

3.- A menudo corre o salta excesivamente en situaciones en que es inapropiado hacerlo (en adolescentes o adultos puede limitarse a sentimientos subjetivos de inquietud)

Si _____ No _____

4.- A menudo habla en exceso.

Si _____ No _____

5.- A menudo tiene dificultades para jugar o dedicarse tranquilamente a actividades de ocio.

Si _____ No _____

6.- A menudo “está en marcha” o suele actuar como si tuviera un motor.

Si _____ No _____

7.- A menudo precipita respuestas antes de haberse completado las preguntas.

Si _____ No _____

8.- A menudo tiene dificultades para guardar turno.

Si _____ No _____

9.- A menudo interrumpe o se inmiscuye en las actividades de otros (por ejemplo, se entromete en conversaciones o juegos).

Si _____ No _____

Anexo 3

Encuesta aplicada a los especialistas para la validación del conjunto de acciones propuestas.

Estimado especialista, la Facultad de Cultura Física se encuentra realizando un trabajo a través de la Disciplina Cultura Física, acerca de la importancia de las actividades físicas recreativa para mejorar la integración escolar de los niños y niñas hiperactivos de la escuela primaria Oscar Rodríguez del municipio Cárdenas. En atención a la posibilidad de su enriquecimiento y perfeccionamiento se necesita de su más sincera colaboración, a través de las respuestas que usted realice de las preguntas que se le formulan a continuación.

Datos del Especialista:

Nombre:	
Centro Laboral:	
Labor que realiza:	
Años de experiencia:	
Grado Científico:	

Luego de consultada la propuesta, responda:

1. ¿Cómo considera Ud. en términos generales la propuesta de actividades físicas recreativas?

Factibilidad		Viabilidad		Aplicabilidad	
Sí	No	Sí	No	Sí	No

2. ¿Considera oportunas las actividades físicas para el mejoramiento conductual de los niños y niñas con TDAH?

Factibilidad		Viabilidad		Aplicabilidad	
Sí	No	Sí	No	Sí	No

3. ¿Cómo considera Ud. la Estructura de las actividades elegidas?

Factibilidad		Viabilidad		Aplicabilidad	
Sí	No	Sí	No	Sí	No

4. ¿Las indicaciones y sugerencias las considera?

Factibilidad		Viabilidad		Aplicabilidad	
Sí	No	Sí	No	Sí	No

4. ¿Desea añadir algo? Sí___ No___

De ser afirmativa la respuesta exponga lo que considere.

Muchas gracias

MANUAL PARA LA APLICACIÓN DE LAS ESCALAS.

Antes de comenzar la encuesta usted debe crear un ambiente de confianza con los maestros para que las respuestas sean lo más cercanas a la realidad posible, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ❑ Haga las preguntas utilizando un lenguaje apropiado, el lenguaje debe estar de acuerdo al nivel educacional, cultural y de información sobre el tema del entrevistado.
- ❑ Explique bien las preguntas y ponga ejemplos de las conductas que se están midiendo.
- ❑ Utilice información de otros informantes si es posible.
- ❑ Acepte la información relativa a la conducta evaluada, pero pida que le den detalles y que le pongan ejemplos.
- ❑ Muéstrese empático, evite confrontaciones innecesarias pero clarifique las respuestas.

Manual para la aplicación del Cuestionario de Inatención e Hiperactividad (CIH).El cuestionario explora varias dimensiones:

- Agresividad-Irritabilidad: (1, 2, 3, 4, 5)
- Hiperactividad: (6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15)
- Atención-Concentración: (9, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24)
- Insensibilidad: (26-32)
- Conducta Antisocial (1, 4, 25, 33, 34)
- Agresividad Reactiva: (35-37)
- Proactiva: (38-40)

El encuestador debe pedirle al maestro que responda a cada propuesta según la frecuencia con que la conducta descrita sea observada en el niño, y completar en la casilla que según su apreciación sea la que mejor se ajuste.

Algunas explicaciones útiles

- La palabra tarea debe entenderse como actividad o encomienda
- En el momento de la aplicación deben valorarse las conductas descritas desde la óptica de que sólo puntuarán al máximo aquellos casos en que representen una verdadera molestia o que signifique un problema en la vida cotidiana tanto en el espacio de la familia como en el de la escuela.

Breve explicación de cada ITEM para la aplicación del Cuestionario de Inatención e Hiperactividad.

PROPOSICIONES	DESCRIPCIÓN
1-Pega, molesta e insulta a otros niños con frecuencia	Gusta de pegar, abusar con otros niños de forma agresiva. Ej. ¿Se ha fijado si en juegos con otros niños, pelea o juega de manos?
2-Rompe cosas a propósito	Por ira o por molestar rompe las cosas
3-Es cruel con los animales	Conoce si tiene perro, hámster, le gustan los animales, cómo se comporta con ellos. Sabe si los maltrata?
4-Se enoja con facilidad	Es muy susceptible, por cualquier razón se molesta.
5-Grita por todo	Habla a gritos y normalmente se queja con gritos por las cosas que le suceden
6-Le gustan los juegos en que pueda estar en movimiento	Por ejemplo correr, saltar, los escondidos, etc.
7-Prefiere los juegos de mesa	Por ejemplo cartas, dibujar, dominó, damas, etc.
8-Es un niño muy inquieto	Es un niño impaciente, activo, efusivo, revoltoso
9-Permanece tranquilo mientras ve un programa de televisión	Puede seguir las teleclases
10-Corre sin parar durante la hora del receso	Pasa todo el tiempo corriendo o realizando actividades en las que está en movimiento durante todo el receso
11- Es capaz de jugar solo por un rato	Puede jugar en solitario y mantenerse tranquilo durante ese tiempo
12-Hace ruido donde quiera que se encuentre	Se mueve en el pupitre, rompe cosas, tropieza, grita o habla alto
13-Brinca y salta mientras está sentado	No mantiene la misma postura por mucho tiempo, se mueve, brinca
14-Tiene algún tic o manía	Pestañea, se come las uñas, mueve de forma incontrolada alguna parte del cuerpo
15-Es un niño torpe en sus movimientos	Tropieza con los muebles, tumba objetos, rompe cosas sin intención
16-Deja por terminar las tareas que comienza	Comienza actividades y tiene dificultades para llegar hasta el final, ejemplo las tareas, juegos, etc.
17-Tiene dificultades para atender a un cuento o narración	Le cuesta trabajo escuchar y mantenerse atento.
18-Se concentra en las actividades que realiza	Reflexiona, muestra interés y comprende lo que hace.
19- Parece ausente por momentos	Aunque está presente, está "ido"
20- Pierde o deja las cosas olvidadas	Constantemente pierde las cosas de la escuela, gomas de borrar, lápices o juguetes
21- Realiza las tareas correctamente	Resuelve por sí solo los problemas
22-Tiene dificultad para comprender las tareas	Entiende e interpreta las tareas encomendadas
23-Demora mucho tiempo en la ejecución de las tareas	Es lento, termina después que los demás niños, no le da tiempo a copiar de la pizarra, etc.
24- Cambia constantemente de actividad	Pasa de una actividad a otra, se aburre, no termina los juegos o tareas
25-Es un niño desobediente	No respeta ninguna de las reglas o normas de la escuela o de la casa.
26-No expresa sentimientos o emociones.	Incapacidad de sentir emociones como la mayoría de las personas. Estos niños se movilizan muy poco ante eventos que provoquen tristeza, alegría u otras emociones, mantienen una distancia emocional y son incapaces de ponerse en el lugar de otro emocionalmente
27-Ayuda cuando alguien está herido, se siente mal o se siente enfermo.	Se muestra solidario con otras personas

28-Se siente mal o culpable cuando él o ella hace algo erróneo	Se preocupa cuando comete un error y se culpa
29-Tiene al menos un amigo cercano	Tiene facilidad para mantener cerca a un amigo
30-Es considerado ante los sentimientos de otras personas.	Le interesa los sentimientos de los demás, se preocupa si alguien está triste o enfermo
31-Es amable con los niños más pequeños	Se muestra solidario con niños menores a su edad, los ayuda
32-Es preocupado por sus deberes escolares	Se preocupa por sus resultados académicos y su conducta en la escuela
33-A menudo miente o hace trampas.	Las personas lo sienten falso, se percatan que no es sincero
34-Roba en la casa, escuela o cualquier otro lugar.	Se registran hechos como robos en cualquier lugar
35-Si le fastidian responde agresivamente.	Suele responder en mala forma si lo molestan o lo fastidian, incluso puede llegar a golpear
36-Culpa a los demás de haber comenzado los problemas.	Siempre le echa la culpa a los demás de todos los problemas
37-Sobre reacciona con disgusto a los accidentes.	Ejemplo, si un niño pasa y tropieza con el de manera accidental, responde a este evento con disgusto, como si fuera intencional. Si alguien le rompe algo lo interpreta como intencional
38-Logra que otros "le caigan en pandilla" para agredir a un tercero	Es capaz de movilizar a otros niños para agredir a un tercero, es el líder de la pandilla, es el que piensa y organiza al grupo con la finalidad de agredir al otro. Logra agrupar a varios niños para caerle a un tercero
39-Amenaza o intimida.	Le hecha miedo a los otros para obtener lo que quiere, los amenaza. Ejemplo, si no me das la merienda te meto
40-Usa la fuerza física para intimidar a otros.	Amenaza usando la fuerza física para dominar a otros. Ejemplo le mete un empujón al otro para quitarle la merienda

PROPOSICIONES	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA
1-Pega, molesta e insulta a otros niños con frecuencia.	5	4	3	2	1
2-Rompe cosas a propósito.	5	4	3	2	1
3-Es cruel con los animales.	5	4	3	2	1
4-Se enoja con facilidad.	5	4	3	2	1
5-Grita por todo.	5	4	3	2	1
6-Le gustan los juegos en que pueda estar en movimiento.	5	4	3	2	1
7-Prefiere los juegos de mesa.	1	2	3	4	5
8-Es un niño muy inquieto.	5	4	3	2	1
9-Permanece tranquilo mientras ve la teleclases.	1	2	3	4	5
10-Corre sin parar durante la hora del receso.	5	4	3	2	1
11-Es capaz de jugar solo por un rato.	1	2	3	4	5
12-Hace ruido donde quiera que se encuentre.	5	4	3	2	1
13-Brinca y salta mientras está sentado.	5	4	3	2	1

14-Tiene algún tic o manía.	5	4	3	2	1
15-Es un niño torpe en sus movimientos.	5	4	3	2	1
16-Deja por terminar las tareas que comienza.	5	4	3	2	1
17-Tiene dificultades para atender a un cuento o narración.	5	4	3	2	1
18-Se concentra en las actividades que realiza.	1	2	3	4	5
19-Parece ausente por momentos.	5	4	3	2	1
20-Pierde o deja las cosas olvidadas.	5	4	3	2	1
21-Realiza las tareas correctamente.	1	2	3	4	5
22-Tiene dificultades para comprender las tareas.	5	4	3	2	1
23-Demora mucho tiempo en la ejecución de las tareas.	5	4	3	2	1
24-Cambia constantemente de actividad.	5	4	3	2	1
25-Es un niño desobediente.	5	4	3	2	1
26-No expresa sentimientos o emociones.	5	4	3	2	1
27-Ayuda cuando alguien está herido, se siente mal o se siente enfermo.	1	2	3	4	5
28-Se siente mal o culpable cuando él o ella hace algo erróneo.	1	2	3	4	5
29-Tiene al menos un amigo cercano.	5	4	3	2	1
30-Es considerado ante los sentimientos de otra persona.	1	2	3	4	5
31-Es amable con los niños más pequeños.	1	2	3	4	5
32-Es preocupado por sus deberes escolares.	1	2	3	4	5
33-A menudo miente o hace trampas.	5	4	3	2	1
34-Roba en la casa, escuela o cualquier otro lugar.	5	4	3	2	1
35-Si le fastidian responde agresivamente.	5	4	3	2	1
36-Culpa a los demás de haber comenzado los problemas.	5	4	3	2	1
37-Sobre reacciona con disgusto a los accidentes.	5	4	3	2	1
38-Logra que otros "le caigan en pandilla" para agredir a un tercero.	5	4	3	2	1
39-Amenaza o intimida.	5	4	3	2	1
40-Usa la fuerza física para intimidar a otros.	5	4	3	2	1

Rango de medición

- Agresividad irritabilidad 15
- Hiperactividad impulsividad 47
- Conducta antisocial 33
- Agresividad reactiva 11
- Agresividad proactiva 8

Anexo 5

Orientaciones para los padres:

Los padres necesitan una serie de normas claras y precisas para regular el comportamiento de sus hijos. Las normas básicas de estas reglas son:

- Que sean **estables**: el cumplimiento incumplimiento de las reglas siempre ha de tener las mismas consecuencias.
- Que sean **consistentes**: las reglas no cambian de un día para otro.
- Que sean **explícitas**: las reglas son conocidas y comprendidas por ambas partes (padres y niño).
- Que sean **predecibles**: las reglas están definidas antes de que se incumplan, no después.

Premios:

Premiar una conducta adecuada hace probable que esta se repita. Para premiarla, utilizamos «reforzadores». Existen dos clases de «reforzadores»:

1. Reforzadores materiales: caramelos, regalos, permiso para ver la televisión.
2. Reforzadores sociales: sonrisas, halagos, atención, caricias.

El «reforzador» funcionará mejor si es *inmediato* y se indica claramente al niño *por qué* se le premia.

Castigos:

Castigar una conducta hace probable que esta no se repita. El castigo funciona bien si:

- El castigo es el último recurso, no la forma habitual de actuar.
- El niño sabe exactamente por qué se le ha castigado.
- Ocurre siempre que se comete la falta.
- Se ofrece una alternativa: no solo se castiga la mala conducta, se explica qué y cómo puede hacerlo.
- Permanece intacta la autoestima: son las acciones las incorrectas, no el niño.
- No se asocia a actividades de aprendizaje, como tener que leer o hacer cuentas.

Cómo escuchar y comunicarnos con los hijos.

La escucha reflexiva:

Mediante ella, procuramos que el niño se sienta escuchado, acogido, e intentamos reflexionar con él sobre sus sentimientos. Un orden lógico de esta escucha reflexiva es el siguiente:

1. ° Reflejamos y clarificamos sus sentimientos: «Veo que estás enfadado...».
2. ° Utilizamos la comunicación no verbal y las respuestas abiertas: «Crees que no le importas a tus amigos, y te sientes abandonado».

El «mensaje-yo»:

Mediante este tipo de mensajes informamos a nuestro hijo de nuestros sentimientos por su *comportamiento* y las consecuencias de éste. Por ejemplo: «Yo me siento triste cuando rompes el reloj porque tengo que comprar otro».

Sentimiento (Yo siento) Comportamiento (... cuando tú...). Consecuencia (...porque...).

Es muy importante mostrar al niño que nuestros sentimientos tienen que ver con su comportamiento, no con su persona. Centre el problema en la situación concreta y evite las descalificaciones personales:

«Esto lo has hecho mal» (correcto).

«Eres malo» (incorrecto).

El tono debe ser firme y serio. No es necesario reñir.

Anexo 6

Pautas para maestros:

Las estrategias indicadas para padres son de igual valía para el maestro, adecuándolas a un contexto escolar. ¿Qué intervenciones específicas puede manejar el educador escolar?

Las intervenciones del educador en los niños con TDAH deben basarse en un trípode de apoyo que incluya una supervisión constante, la utilización de unas herramientas básicas y la individualización de la atención.

Algunas técnicas básicas que puede utilizar son las siguientes:

- La extinción.
- El «tiempo fuera».
- El establecimiento de normas. Una norma es una descripción detallada, específica y pactada con el niño, que permite a este saber cómo y cuándo hacer una cosa. Para establecer las normas es necesario lo siguiente:
 - Utilizar un lenguaje afirmativo (positivo).
 - Acompañar la norma de su «por qué» (explicarla).
 - Hacer una lista (alcanzables).
 - Usar material visual (imágenes y esquemas).
 - Pactar las consecuencias de la transgresión de la norma.

Para terminar, algunos consejos:

- Pregúntele cómo puede ayudarle.
- Manténgalo cerca de usted.
- Repita las instrucciones.
- Las instrucciones han de ser claras, específicas y breves.
- Establezca con él contacto visual frecuentemente.
- Haga bromas, innove.
- Diseñe una agenda o calendario propio de actividades que sea predecible.
- Divida las actividades largas en varias cortas.
- Evite intervenir si no es necesario, fomente autonomía; si es posible, sugiera, no imponga.
- Busque los logros y esfuerzos tanto como sea posible.

- Elogie, refuerce, con premios materiales y sobre todo sociales. Una sonrisa vale más que mil juguetes.
- Enséñele pequeños trucos de memoria (anotar, dividir las tareas, agrupar palabras por categorías, repetirse mentalmente).
- Anuncie lo que viene después antes de hacerlo o decirlo.
- Simplifique la información, pero de manera que llame la atención (con imágenes, gestos, juegos, etc.).
- Haga uso del contacto físico no amenazante para comunicarse con él. Establezca vínculos afectivos con el niño.
- Cuente con él para resolver los conflictos y situaciones problemáticas. Involúcrelo en la toma de decisiones.
- Dele responsabilidades. Confíe en él.
- Enséñele a que aprenda a autoevaluarse y premiarse cuando lo haga bien.
- Repita la información. Que repita lo que usted ha dicho.

Y no olvide buscar ayuda y apoyo cuando lo necesite. Conozca sus limitaciones.

No es un experto en niños con problemas de atención e hiperactividad y tiene que atender al resto de alumnos de la clase.