

¿QUÉ TÉCNICAS VISTAS EN EL BLOQUE IV CREES QUE SON LAS MÁS ADECUADAS PARA INTERVENIR EDUCATIVAMENTE EN ESTE CASO SEGÚN LOS SÍNTOMAS QUE PRESENTA? DESARROLLA BREVEMENTE DOS DE ELLAS.

Para este alumno planteo las siguientes técnicas que desarrollo a continuación.

YOGA:

Es nervioso, ansioso e inatento. El yoga seguro que le ayuda para mejorar estos aspectos.

Esta práctica convendría que la practicara fuera del aula y que dentro de ella pudiera poner en práctica alguna respiración o asana como modo de descanso activo o como previo o posterior a la tarea o examen.

Las asanas, posturas, le ayudaran a concentrarse y mejorar la memoria y la conciencia corporal.

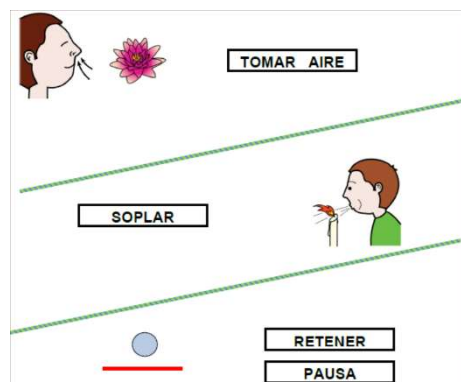
Trabajando las posturas corporales de una manera lúdica, se desarrollará la capacidad de centrarse en una única cosa desechando los estímulos poco importantes.

En esta página se pueden encontrar láminas visuales con posturas de yoga.

<https://www.orientacionandujar.es/2016/10/15/super-lamina-posturas-yoga-ninos-yoga-colegio-aula-psicomotriz/>

También el control de la respiración le ayudará a calmar su sistema nervioso liberándolo de ansiedad, tensión y estrés.

Le puede ayudar una lámina visual como esta.



Yoga para el Niño Especial



Un enfoque terapéutico para bebés y niños con necesidades especiales:

- ◆ Síndrome de Down
- ◆ Parálisis cerebral
- ◆ Trastornos del espectro autista
- ◆ Discapacidades de aprendizaje

Sonia Sumar

Este libro de Sonia Sumar del 2019, Yoga para el Niño Especial, puede ayudar para conocer mejor la práctica y como adaptarla.

Además en la web se puede acceder a vídeos breves de yoga, como ejemplo, este tutorial de Smile and learn:

<https://www.youtube.com/watch?v=LOYxOzMUqAY>

AUTOINSTRUCCIONES:

Del alumno refieren “despistes”, que le hace cometer errores en la tarea y en los exámenes. Pienso por ello que esta técnica le puede ayudar.

Además el alumno ya se va haciendo preguntas durante el trascurso de la evaluación, si esas preguntas se encauzan y se les da utilidad, le pueden ayudar para mejorar la tarea.

Las autoinstrucciones son verbalizaciones que permiten la modificación de las autoverbalizaciones internas para afrontar situaciones. Las debe utilizar antes, durante y después de una situación aversiva, como puede ser una tarea complicada o un examen.

Estas nacen en los años 60 de Meichenbaum, le da un poder directivo de la conducta al lenguaje interno.

Es Isabel Orjales la que actualmente renueva esta técnica y crea unas muy conocidas para la realización de la tarea, guiadas por preguntas y con una evaluación final de lo realizado.



Además de estas dos técnicas, al alumno le puede venir bien el **entrenamiento en habilidades sociales** para aprender normas sociales que le hagan relacionarse mejor, ya que comentan que no acepta normas en el juego, se frustra...

También le puede ser de utilidad el **entrenamiento neurocognitivo basado en funciones ejecutivas**, que le ayudaran a mejorar en atención, memoria, control de impulsos... y otros síntomas propios de la disfunción ejecutiva propia de TDAH que le hacen cometer errores en la tarea o no terminarla.