



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

“¡Juan no para de moverse ni se queda quieto en su asiento!” Estrategias Útiles para el Estudiante Activo

por Becky L. Spivey, M.Ed.

¿Suena familiar? ¡Si te suena familiar, eres maestro/a en un aula escolar! Los maestros tienen que hacer acomodaciones para las diferencias del aprendizaje y las necesidades individuales de todos los estudiantes en el aula escolar mientras mantienen un ambiente positivo para el aprendizaje. Con la inclusión de los estudiantes con discapacidades, trastorno del espectro autista, desórdenes del procesamiento sensorial, etcétera en el ambiente general educativo, el mantener a los estudiantes sentados en un lugar por largos periodos de tiempo o contenerlos de la inquietud es casi imposible.

Los padres de Juan se identifican con usted. Ellos ven los movimientos sin cesar de él en el hogar y puede que hayan descubierto maneras de “calmarlo” o “desviar” esta energía. Consultando a los padres de Juan para saber cómo ellos manejan la inquietud y el movimiento constante de él en lugares como restaurantes, teatros, la iglesia, etcétera puede ayudarle a adaptar las modificaciones para el comportamiento y usarlas con Juan en el aula escolar.

Más frecuente que menos, hay más de un Juan en el aula escolar; sin embargo, la mayoría de los estudiantes opinan que el sentarse por largos periodos de tiempo es simplemente incómodo y aburrido. ¡Y los adultos también! ¡Los niños no son diferentes! ¿Tiene usted estudiantes que se ponen de pie y se mueven alrededor en el aula escolar docenas de veces por día para tomar agua, llevar un pedazo pequeño de basura una y otra vez al zafacón/ bote de basura, se ponen y se quitan el abrigo, le sacan punta al lápiz una y otra vez, van a su cubículo al azar, siempre necesitan ir al baño, desmontan sus bolígrafos (y después lo vuelven a montar), etcétera? Estos estudiantes

no quieren que sus movimientos sean una distracción, pero lo son. Los estudiantes tienen que moverse alrededor de alguna manera, o ellos pueden retirarse completamente y convertirse más perjudiciales – ¡a propósito!

Las siguientes sugerencias pueden ayudar a los maestros a dirigir la energía de un estudiante inquieto proveyendo tareas constructivas, alternas para completar mientras que, al mismo tiempo, tiene la libertad de moverse. Incluyendo actividades de movimiento en las lecciones durante el día escolar les da a todos los estudiantes una oportunidad de re-enfocar y re-ocupar su cerebro.

Para los Estudiantes Inquietos



- Mueva al estudiante al fondo del pasillo o la fila donde es menos distraído. No lo aisle a él/ella de los demás.
- Permita que el niño/a se ponga de pie frente a su escritorio mientras trabaja en una tarea. El estar de pie mantiene el cuerpo más alerta para recibir información.
- Dele al estudiante algo para jugar como una pelota de apretar o pedazos cuadrados de tela texturizada.
- De descansos cortos para moverse que incluyan una actividad dirigida a las metas.



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

Para los Estudiantes Fuera de su Asiento



- Pídale al estudiante que le lleve un "mensaje" a otra persona en la escuela. Indíquele a un empleado escolar que acepte estas notas fingidas y los mensajes sin tener que responder. Dígame al niño/a que él/ella puede tomar agua o usar el baño durante la ida o el regreso de su destino.
- Asigne tareas que requieran un movimiento físico mas arduo: moviendo libros a otro estante en el otro lado del aula escolar o a la biblioteca; reorganizando los escritorios; guardando/clasificando los juguetes del patio de recreo; apilando sillas; lavando pinceles, etcétera. A los estudiantes les encanta sentirse necesitados y disfrutan cuando ayudan al maestro.
- Pida ayuda grapando /perforando hoyos en papeles; clasificando tareas/ papeles importantes dentro de cajas de archivos, sacándole punta a los lápices; etcétera. Las tareas que hacen que los estudiantes se sientan importantes pueden también proveer el aporte sensorial necesario que el estudiante requiere.
- Permita que el estudiante use un chaleco pesado o una pesa para el regazo bajo la recomendación, sugerencia, o supervisión de un terapeuta ocupacional. Los artículos pesados pueden ayudar al estudiante a sentirse "tranquilo." Permita que el estudiante mantenga el chaleco pesado o la pesa para el regazo en su escritorio y lo use cuando él/ella sienta la necesidad.
- Permita que el estudiante salga afuera con el maestro/a de educación física, el supervisor del patio de recreo, o la clase de otro maestro/a y haga "ejercicios" por cinco minutos. Si el estudiante tiene un terapeuta ocupacional, pídale a él/ella que le sugiera actividades al aire libre que se enfoquen en las necesidades sensoriales del estudiante.

Para Todos



- Incluya actividades con movimientos en cada lección. Por ejemplo: encuentra cinco personas con ojos azules y escribe el nombre de ellos; haga que cinco estudiantes les hagan preguntas (pertinentes a la lección) y anoten sus respuestas; ponte de pie si la declaración que hago (el maestro/a) es cierta o falsa; vamos hacer palmadas o pisotones por cada sílaba en las palabras, etcétera.
- Haga una pregunta y tírele al estudiante una pelota pequeña. El estudiante debe coger/agarrar la pelota, ponerse de pie y responder la pregunta. Entonces, el maestro/a hace la próxima pregunta, y el estudiante le tira la pelota a otra persona para que la responda.
- Envíe a los estudiantes en una búsqueda de coleccionar artículos para la lección del día.
- Haga que los estudiantes entrevisten a otros estudiantes o trabajadores administrativos dentro de la escuela acerca de un tema relacionado a la lección.
- Ponga a los estudiantes en parejas o en grupos pequeños. Asigne tareas que los estudiantes tengan que terminar juntos: un dibujo, llenando los espacios en una red, leyendo en voz alta entre ellos, haciendo un libro, etcétera. Incluya oportunidades para cortar, pegar, dibujar, etcétera.

Una manera de ayudar a los estudiantes "activos" es ayudando a los aprendices inquietos o los estudiantes con discapacidades a enfocarse en la lección al cumplir con las necesidades sensoriales. Acomodando las necesidades sensoriales de los estudiantes les permite que se ocupen con las actividades en el aula escolar con distracciones mínimas a otros. El no hacerle caso a las inquietudes ni el movimiento en maneras constructivas puede molestar a otros y puede interrumpir el progreso de toda la clase.

Recursos:

Aune, Beth; Burt, Beth; Gennaro, Peter. 2010. Behavior Solutions for the Inclusive Classroom. Pp. 1-25.

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com