

GAMIFICACIÓN

COMO

ESTRATEGIA INCLUSIVA

PARA MEJORAR

LA ATENCIÓN

Y LA AUTORREGULACIÓN

EN NIÑOS CON TDAH

EN EDUCACIÓN INICIAL

MISIONES

- ✓ ENFOCO
- ★ RESPONSABILIDAD
- ♥ AUTOCONTROL

LOGROS



CASA EDITORA DEL POLO

GAMIFICACION COMO ESTRATEGIA INCLUSIVA PARA MEJORAR LA ATENCION Y LA AUTORREULACION EN NIÑOS CON TDAH EN EDUCACION INICIAL

Glenda Esthael Fuentes Loor
Paola Josefa Rodriguez Corozo
María José Peralta Fuentes
Fátima Yadira Chung Alvarado
Shyrley Elizabeth Macias Uriña
Silvana Auxiliadora Serrano Ortiz
Alvaro Antonio Lara Quiñonez



Glenda Esthael Fuentes Loor

sthael_fuentes@hotmail.com

 <https://orcid.org/0009-0006-9481-9034>
Investigador Independiente, Ecuador

Paola Josefa Rodriguez Corozo

Pao-pao.r5@hotmail.com

 <https://orcid.org/0009-0008-6196-984X>
Investigador Independiente, Ecuador

María José Peralta Fuentes

hyambarzola@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0007-0845-0427>
Investigador Independiente, Ecuador

Fátima Yadira Chung Alvarado

yadychung@live.com.ar

 <https://orcid.org/0009-0008-7952-7652>
Investigador Independiente, Ecuador

Shyrley Elizabeth Macias Uriña

shyrleymacias@hotmail.com

 <https://orcid.org/0009-0009-0936-5966>
Investigador Independiente, Ecuador

Silvana Auxiliadora Serrano Ortiz

silvanaa1serrano@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0005-4233-6084>
Investigador Independiente, Ecuador

Alvaro Antonio Lara Quiñonez

elmas_vacan@hotmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-8995-274X>
Investigador Independiente, Ecuador

Casa Editora del Polo – CASEDELPO CIA. LTDA.

Departamento de Edición

Editado y distribuido por:

Editorial: Casa Editora del Polo

Sello Editorial: 978-9942-816

Manta, Manabí, Ecuador. 2019

Teléfono: (05) 6051775 / 0991871420

Web: www.casadelpo.com

ISBN: 978-9942-684-65-3

DOI: <https://doi.org/10.23857/978-9942-684-65-3>

© Primera edición

© Junio - 2026

Impreso en Ecuador

Revisión, Ortografía y Redacción:

Lic. Jessica Mero Vélez

Diseño de Portada:

Michael Josué Suárez-Espinar

Diagramación:

Ing. Edwin Alejandro Delgado-Veliz

Director Editorial:

Dra. Tibisay Milene Lamus-García

Todos los libros publicados por la Casa Editora del Polo, son sometidos previamente a un proceso de evaluación realizado por árbitros calificados. Este es un libro digital y físico, destinado únicamente al uso personal y colectivo en trabajos académicos de investigación, docencia y difusión del Conocimiento, donde se debe brindar crédito de manera adecuada a los autores.

© **Reservados todos los derechos.** Queda estrictamente prohibida, sin la autorización expresa de los autores, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de este contenido, por cualquier medio o procedimiento, parcial o total de este contenido, por cualquier medio o procedimiento.

Constancia de Arbitraje

La Casa Editora del Polo, hace constar que este libro proviene de una investigación realizada por los autores, siendo sometido a un arbitraje bajo el sistema de doble ciego (peer review), de contenido y forma por jurados especialistas. Además, se realizó una revisión del enfoque, paradigma y método investigativo; desde la matriz epistémica asumida por los autores, aplicándose las normas APA, Sexta Edición, proceso de anti plagio en línea Plagiarisma, garantizándose así la cientificidad de la obra.

Comité Editorial

Abg. Néstor D. Suárez-Montes
Casa Editora del Polo (CASEDELPO)

Dra. Juana Cecilia-Ojeda
Universidad del Zulia, Maracaibo, Venezuela

Dra. Maritza Berenguer-Gouarnaluses
Universidad Santiago de Cuba, Santiago de Cuba, Cuba

Dr. Víctor Reinaldo Jama-Zambrano
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ext. Chone

Contenido

PRÓLOGO.....	13
--------------	----

INTRODUCCIÓN.....	15
-------------------	----

CAPÍTULO I

EL CEREBRO EN JUEGO.....	18
--------------------------	----

1.1 Comprendiendo el TDAH en la etapa inicial	24
---	----

1.1.1 Entender la Neurodiversidad.....	26
--	----

1.1.2 La mirada neurobiologica.....	29
-------------------------------------	----

1.1.3.Señales en preescolar: inatencion y la hiperactividad.....	32
--	----

1.1.4 El impacto emocional: frustuacion temprana y el entorno escolar.....	37
--	----

1.1.5.Innovaciones recientes y reformas educativas en marcha.....	39
---	----

CAPÍTULO II

EL PODER DEL “ LEVEL UP”	42
--------------------------------	----

2.1. El Juego como motor de cambio.....	45
---	----

2.1.1. La gamificacion transforma el	
--------------------------------------	--

aprendizaje	51
2.1.2. Mecanicas Vs Dinamicas.....	53
2.1.3. El bucle de retroalimentacion.....	58
2.2. Motivacion intrinseca.....	59

CAPÍTULO III

DE LA IMPULSIVIDAD A LA AUTONOMIA.....	65
--	----

3.1. Ayudar al niño a ser dueño de sus acciones.....	73
3.1.1. Estrategias de Autorregulacion.....	81
3.1.2. El boton de Pausa.....	83
3.1.3. Narrativas de Superacion.....	84
3.2. El Semaforo Emocional.....	88

CAPÍTULO IV

DISEÑANDO AULAS INCLUSIVAS.....	92
---------------------------------	----

4.1. Salon de clases donde todos Ganan.....	97
4.1.1. Un tablero de juego para todos.....	100
4.1.1. Aulas para bajar la sobreestimulacion..	104
4.1.2. Cooperacion Vs Competencia.....	110
4.2. Diseño Universal para el aprendizaje (DUA).....	113

CAPÍTULO V

INVENTARIO DEL MAESTRO.....	117
-----------------------------	-----

5.1. Herramientas, Dinamicas y Recursos

Practicos.....	122
----------------	-----

5.1.1. Recursos y aplicaciones en línea.....	128
--	-----

5.1.2. Herramientas tecnologicas

adecuadas.....	134
----------------	-----

5.2. Storytelling pedagogico.....	136
-----------------------------------	-----

CAPÍTULO VI

EL ROL DE LA FAMILIA EN LA PARTIDA.....	139
---	-----

6.1. La Educacion no termina al salir del

aula.....	146
-----------	-----

6.1.1. Gamificacion en casa.....	148
----------------------------------	-----

6.1.2. Mecanicas de juego para evitar el

conflicto.....	155
----------------	-----

6.2. Validacion y paciencia.....	161
----------------------------------	-----

CAPÍTULO VII

MAS ALLA DE LA VICTORIA.....	164
------------------------------	-----

7.1. Indicador de exitos.....	168
-------------------------------	-----

7.1.1. La autoestima del pequeño gran	
---------------------------------------	--

jugador.....	173
7.1.2. Filosofia de la enseñanza empática e inclusiva.....	177
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA.....	181

PRÓLOGO

Entrar en un aula de educación infantil es como adentrarse en un universo lleno de oportunidades, matices y descubrimientos. Sin embargo, para muchos educadores y padres, este entorno es también donde empiezan a surgir los primeros indicios de insatisfacción: cuando ven a un niño incapaz de mantener la atención, que parece impulsado por un motor imparable o que se pierde en el laberinto de sus propios deseos. Un diagnóstico de TDAH suele conllevar más etiquetas que soluciones. Durante muchos años, el sistema educativo ha intentado encajar a los niños con TDAH en el estricto marco de la enseñanza tradicional, que pone un gran énfasis en la tranquilidad, el silencio y la atención constante.

Quizás el ámbito más propicio y delicado para el desarrollo humano sea la educación infantil. En este sentido, el juego es el aprendizaje en sí mismo, no una distracción del mismo. Sin embargo, surge una cuestión inevitable al analizar la realidad del aula: ¿ofrecemos las mismas oportunidades a niños con diferentes niveles de concentración y flujo de energía?

Este programa se basa en la observación directa y en el deseo de mejorar la experiencia escolar de los pequeños con TDAH. El sistema educativo lleva mucho tiempo intentando que los niños se adapten a los estrictos límites del aula, pero este estudio propone lo contrario: adaptar el entorno a

los intereses, la actividad y el dinamismo innatos de cada niño.

Fue intencional que la gamificación fuera el eje central de esta tesis. Se basa en la creencia de que el juego puede unir a las personas y ayudarlas a sanar. Cuando observamos a un niño con TDAH absorto en un cuento divertido, cómo se le iluminan los ojos ante el desafío y cómo controla sus deseos de alcanzar una meta en un juego, llegamos a la conclusión de que nuestras interacciones con él representan más una tarea que sus capacidades.

Por este motivo, a lo largo de este estudio se busca utilizar el concepto de atención diferente en lugar del estigma asociado a la falta de atención. En el ámbito de la educación infantil, analizamos cómo los elementos propios de los videojuegos como los puntos, los niveles, los avatares y las misiones actúan como andamios que potencian la autonomía y la motivación de los niños.

En definitiva, este estudio insta a los educadores y expertos a considerar la inclusión como un acto de creatividad y empatía, en lugar de limitarse a seguir unas normas. Es un homenaje a la tenacidad de los niños que, a pesar de las dificultades asociadas a su desarrollo neurológico, nos demuestran cada día que el juego es y siempre será la mejor forma de aprender.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la educación inicial enfrenta el desafío de transformar las aulas en espacios verdaderamente inclusivos, donde la diversidad no sea un obstáculo, sino una oportunidad de aprendizaje. En este escenario, el TDAH se presenta como una de las condiciones neurobiológicas más frecuentes, impactando directamente en los procesos de atención y autorregulación de los infantes desde sus primeros años de escolaridad.

En las aulas de Educación Inicial, el silencio suele confundirse con aprendizaje y la quietud con disciplina. Sin embargo, para un niño con trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) estas expectativas no son solo difíciles de alcanzar, sino que a menudo actúan como muros que los separan del resto del grupo. Si un niño no puede aprender de la manera en que enseñamos, debemos enseñar de la manera en que él aprende. La Gamificación no es simplemente poner a los niños a jugar, es una arquitectura del aprendizaje que utiliza la psicología del juego para capturar la atención donde antes había dispersión, y para ofrecer estructura donde antes había caos. Crear un entorno de aprendizaje productivo en el aula donde se celebre el potencial y se controlen los síntomas.

Para los niños con TDAH, los métodos de enseñanza tradicionales generalmente inflexibles y pasivos suelen crear obstáculos que provocan desmotivación,

bajo rendimiento académico y dificultades para controlar sus emociones. Es fundamental identificar alternativas educativas que se adapten a los estilos de procesamiento de la información de estos niños, ya que la ausencia de técnicas dinámicas en la primera infancia les impide alcanzar los hitos del desarrollo propios de su edad.

La gamificación emerge como una estrategia novedosa en reacción a esta realidad. Va más allá del único entretenimiento; comprende elementos de juego, narrativas y sistemas de feedback en el aula. Esta perspectiva se está ejecutando como un puente para comprender la atención ininterrumpida y promover la autorregulación emocional y conductual mediante del estímulo de los sistemas de recompensa dopaminérgicos y la administración de objetivos explícitos e inmediatos.

Por este motivo, a lo largo de este estudio queremos utilizar el concepto de «atención diferente» en lugar del estigma asociado a la «falta de atención». En el ámbito de la educación infantil, analizamos cómo los elementos propios de los videojuegos como los puntos, los niveles, los avatares y las misiones actúan como andamios que potencian la autonomía y la motivación de los niños.

En definitiva, este estudio insta a los educadores y expertos a considerar la inclusión como un acto de creatividad y empatía, en lugar de limitarse a seguir

unas normas. Es un homenaje a la tenacidad de los niños que, a pesar de las dificultades asociadas a su desarrollo neurológico, nos demuestran cada día que el juego es y siempre será la mejor forma de aprender.



CAPÍTULO



CAPÍTULO I

EL CEREBRO EN JUEGO



Según un estudio reciente de (Faraone,2022) en su consenso global sobre el TDAH, la enfermedad se caracteriza por un deterioro estructural en la conectividad funcional de las redes cerebrales que regulan la recompensa. Mecanismo científico Existe una brecha en la implicación en el cerebro con TDAH. El joven pierde interés en el trabajo porque es incapaz de comprender las señales de incentivo típicas. Sailer y Homner (2020) afirman que la gamificación funciona como un sustituto externo de la dopamina endógena al proporcionar estímulos regulares que mantienen la actividad de la red de atención.

(Manrique,2021) definen la gamificación como una estrategia didáctica que mejora el aprendizaje de los alumnos y actúa como facilitadora en el ámbito educativo. En este sentido, (González,2021) destacan la importancia de reconocer el papel esencial que desempeña el juego en el desarrollo físico, psicológico, social y cognitivo de los alumnos, ya que refuerza la identidad y la autonomía humanas, al tiempo que fomenta la libertad de expresión y el desarrollo de actividades creativas e imaginativas. El juego se considera un método útil para lograr un aprendizaje significativo en los primeros años de vida, cuando las personas utilizan sus cinco sentidos para explorar el mundo. El juego crea una atmósfera propicia que fomenta el aprendizaje, actuando como un conducto para obtener esa información.

Según (García,2021), la capacidad del juego para fomentar el desarrollo cultural supone, sin duda, una oportunidad para que los niños en fase de desarrollo mejoren sus habilidades de organización y comunicación, así como sus futuros roles sociales. En definitiva, las personas se transforman a sí mismas, comenzando por la autoimagen que construyen a través del juego. Hoy en día, la gamificación se promueve como un pasatiempo ameno y una herramienta didáctica que se integra en los contenidos educativos e institucionales. Los juegos son relevantes en el aula porque ayudan a los estudiantes a alcanzar sus objetivos de aprendizaje, como lo demuestra su uso en diversos contextos académicos, tanto curriculares como extracurriculares.

El juego es fundamental para la educación, ya que, puede integrarse en el proceso de aprendizaje y ayudar a los alumnos a adquirir conocimientos académicos, desarrollar su capacidad de toma de decisiones, controlar su comportamiento y potenciar su pensamiento lógico y abstracto. Con el fin de favorecer un aprendizaje sólido, esto brinda a los docentes la oportunidad de interactuar con los marcos conceptuales de los alumnos. Así, el conocimiento se refuerza cuando las actividades recreativas en los centros educativos establecen un vínculo entre el juego y el estudio.

Neuroplasticidad y Gamificación en Educación Inicial

La intervención temprana se basa en la plasticidad cerebral durante la etapa preescolar. Se considera que las funciones ejecutivas (FE) son más flexibles entre los tres y los siete años. Según la investigación de (Deterding, 2024) sobre diseño persuasivo, la gamificación “entrena” el cerebro además de entretener. La corteza prefrontal se ve obligada a realizar un control inhibitorio continuo al presentar tareas adaptativas, lo que fortalece las sinapsis mediante la repetición lúdica.

El aprendizaje es un proceso dinámico que depende de modificaciones constantes en las conexiones neuronales del cerebro. Los principios de la capacidad humana, el almacenamiento de asesoría y el aprendizaje de habilidades es un proceso denominado neuroplasticidad (Pascual, 2025). Debido a que proporciona afirmación empírica sobre cómo las experiencias de formación pueden alterar la edificación cerebral de los estudiantes, este argumento ha cobrado mayor importancia en el entorno educativo.

El proyecto e implementación de planificación educativas más efectivas se necesita comprender los procedimientos asociados a la neuroplasticidad en la educación primaria, es un periodo en el que los niños surcan momentos cruciales de

evolución cognitivo y socioemocional. Numerosas investigaciones avalan los efectos beneficiosos de las estrategias didácticas que estimulan el cerebro en el desarrollo del proceso de control cognitivo, la memoria de trabajo, la autorregulación y las competencias relacionales (Espinosa, 2018).

Además, se han realizado estudios en Ecuador para vincular las estrategias de enseñanza con la neuroplasticidad. Investigaciones llevadas a cabo en zonas rurales indican que, si bien los docentes identifican el alcance de esta transformación para el crecimiento infantil, la falta de capacitación y las restricciones legales impiden su inclusión sistemática en el currículo escolar (Flores, 2024). Asimismo, un estudio sobre neuropedagogía en Ecuador reveló que, aunque su uso es limitado, estrategias como el aprendizaje activo, la educación personalizada y la estimulación cognitiva focalizada basada en la neuroplasticidad tienen un alto potencial para mejorar el rendimiento académico.

El Impacto de la Retroalimentación Instantánea (Instant Feedback)

Un estudio significativo sobre tecnología educativa realizado (Cheng, 2022) reveló que un niño con TDAH responde de manera diferente a la información visual inmediata que ofrecen los juegos. La retroalimentación positiva instantánea, como obtener una estrella o escuchar un sonido

de logro, reduce la latencia de respuesta y mejora la autorregulación. Según estos autores, el cerebro gamificado muestra mayor actividad en la "Red Ejecutiva Central" y menor activación en la "Red de modo Predeterminado", asociada con la distracción y la ensoñación.

En las aulas existentes, la presencia a los niños con TDAH, que tienen desafíos para concentrarse y moderar su comportamiento, es cada vez más vital. El TDAH se caracteriza por un estereotipo frecuentes de hiperactividad, impulsividad y/o falta de concentración que interfiere con las tareas diarias y el desarrollo normal. La memoria de trabajo, la función ejecutiva y la atención se ven afectadas por este deterioro, según Portela (2023). Ha recibido mucha atención debido a sus efectos tanto en adultos como en niños, y se están realizando numerosos estudios en todo el mundo.

Al incorporar elementos de juego en las actividades didácticas, la gamificación se presenta como un enfoque metodológico que podría ser una solución. Según McGonigal (2024), la gamificación utiliza elementos de juego para motivar e incluir a los estudiantes, incluso a aquellos con TDAH. Si bien presenta inconvenientes, esta metodología o enfoque ofrece nuevas maneras de mejorar el aprendizaje y la atención.

1.1 Comprendiendo el TDAH en la etapa inicial

Según las definiciones actuales, La condición del neurodesarrollo conocida como TDAH se caracteriza por niveles persistentes de hiperactividad-impulsividad, desorganización y/o falta de atención que interfieren con el desarrollo o el funcionamiento (Faraone., 2021). Dado que muchos de estos comportamientos son propios del desarrollo normal para esa edad, el diagnóstico resulta especialmente difícil en las primeras etapas (de 3 a 6 años). (Posner, 2020) señala que estos comportamientos son considerablemente más frecuentes y graves en niños con TDAH, lo que repercute en el desarrollo de hitos sociales y preacadémicos.

La comprensión lectora es una habilidad académica esencial que se desarrolla en los primeros grados. Sin embargo, leer y/o escribir suele ser un desafío para los niños con TDAH. Por ello, aunque Estados Unidos ha logrado grandes avances en el tratamiento de las dificultades de aprendizaje, aún enfrenta importantes obstáculos al analizar datos de otros países. Esto se debe a que los niños que sufren de impulsividad y diversos problemas de atención sostenida presentan comportamientos repetitivos (Barkley, 2022). Los criterios diagnósticos de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (DSM-IV) indican que el 5 % de los niños en la población general de EE. UU. tienen TDAH, siendo los varones la

mayoría de los casos.

El Ministerio de Educación de Ecuador informa que aproximadamente 8.500 niños en edad escolar con TDAH se han matriculado en instituciones públicas en los últimos años. Dado que no existen procedimientos establecidos para identificar y dar seguimiento a estos casos, no hay estadísticas ni datos oficiales sobre los niños del país diagnosticados con esta afección. Muchos siguen un proceso de aprendizaje no diferenciado, no reciben adaptaciones curriculares y, por lo tanto, no acceden a una educación inclusiva (MEE, 2021).

Cuando la gamificación se adapta a las necesidades de los estudiantes, se convierte en un enfoque pedagógico personalizado que responde eficazmente al estilo de aprendizaje único de cada persona. Al generar una ventaja psicológica en el comportamiento de los niños ejemplo, alumnos con TDAH, se convierte en un poderoso aliado para apoyar y reforzar el enfoque inclusivo en las aulas. Es una herramienta que posibilita el aprendizaje mediante la autocorrección y el método de ensayo y error. Fomenta la motivación y mejora las circunstancias emocionales que influyen en el proceso de aprendizaje de la lectura, lo que conduce a un progreso favorable y a un mejor desempeño social y personal (Vásquez, 2022).

Manifestaciones Fenotípicas en el Aula de Educación Inicial

Los niños en edad preescolar con TDAH, a diferencia de los niños mayores, muestran principalmente signos de impulsividad emocional e hiperactividad.

- Falta de atención: Dificultad grave para seguir instrucciones básicas y cambio rápido entre tareas sin terminar ninguna.
- Hiperactividad: Necesidad constante de moverse (inquietud) que parece estar impulsada por un motor.
- Impulsividad: La incapacidad de esperar el turno en los juegos de grupo y las reacciones emocionales excesivas ante el enfado.

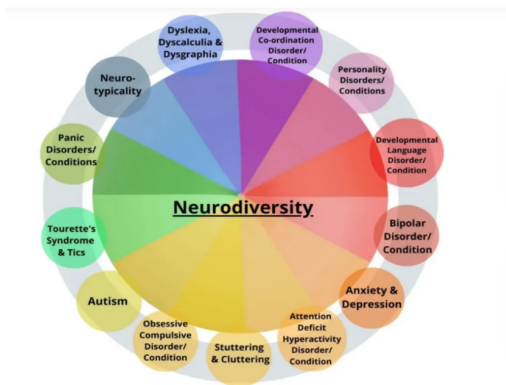
1.1.1 Entender la Neurodiversidad.

El concepto de neurodiversidad se basa en la idea de que existen dos procesos primarios que se producen a lo largo del desarrollo del cerebro humano: uno que establece la evolución fundamental del comportamiento humano básico y otro que moldea el desarrollo individual de diversas características, capacidades e inteligencias. En este sentido, se destaca que los genes originan, controlan y rigen la formación del cerebro, así como todos los procesos que caracterizan su evolución durante los periodos natal y postnatal, interactuando con todo

el material cromosómico asociado. No obstante, es importante considerar cuántas neuronas nacen en una persona y cuántas son capaces de desempeñar sus funciones correctamente.

Hasta ahora, hemos descubierto que las redes neuronales son sensibles a diversos elementos, como la nutrición, los cuidados y muchos más. Esto no indica la existencia de enfermedades, sino variaciones funcionales que evidencian la diversidad cerebral. A pesar de tener el mismo cerebro humano, cada uno de nosotros es único, y son estas diferencias las que definen la neurodiversidad. En este punto, es fundamental aclarar las ideas básicas que rodean la neurodiversidad y su aplicación adecuada. La neurodiversidad no es un punto de vista, un método, una convicción, una filosofía política ni nada parecido. La neurodiversidad, por el contrario, es una realidad biológica que se refiere a la variabilidad ilimitada en el funcionamiento neurocognitivo dentro de la especie humana, así como a la diversidad de cerebros y mentes humanas.

Figura 1: Neurodiversidad.



Fuente: (Armstrong, 2021).

La idea de la neurodiversidad se ofrece como sustituto de la discapacidad. Thomas A. afirma que:

Según (Armstrong,2022), mi definición del término abarca un examen de lo que tradicionalmente se ha considerado como enfermedades mentales neurológicas, pero que en realidad pueden ser diferentes manifestaciones de la diversidad humana inherente.

El artículo 157 de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI, 2023) de Ecuador estipula que la accesibilidad universal es un requisito que debe implementarse en todos los contextos educativos y en el uso de herramientas, instrumentos y dispositivos para que las personas con necesidades educativas especiales (NEE), estén o no relacionadas con una discapacidad, puedan utilizarlos de forma

independiente. De esta manera, se garantizan las mismas oportunidades para atender la diversidad y el desarrollo integral del estudiante. Para garantizar una educación inclusiva, las instituciones educativas deben proporcionar a los docentes, estudiantes con discapacidad y sus familias las herramientas que necesitan, junto con capacitación, materiales adaptados a sus necesidades y entornos accesibles.

Solo cuando se ajusta a las demandas reales de los actores educativos, esta educación puede considerarse inclusiva. Según el (MEE,2019), el currículo nacional de educación básica establece que la lectura es una habilidad sociocultural en la que los estudiantes diagraman y reformulan significados culturales y sociales basados en el texto, bajo una concepción previa, junto con la intencionalidad presentada en la lectura y su contexto. El TDAH es un alteración del neurodesarrollo interfiere en la capacidad de un niño para controlar su nivel de actividad mental y física, lo que conduce a la hiperactividad. Tiene un origen biológico a nivel cerebral e incluso puede transmitirse genéticamente.

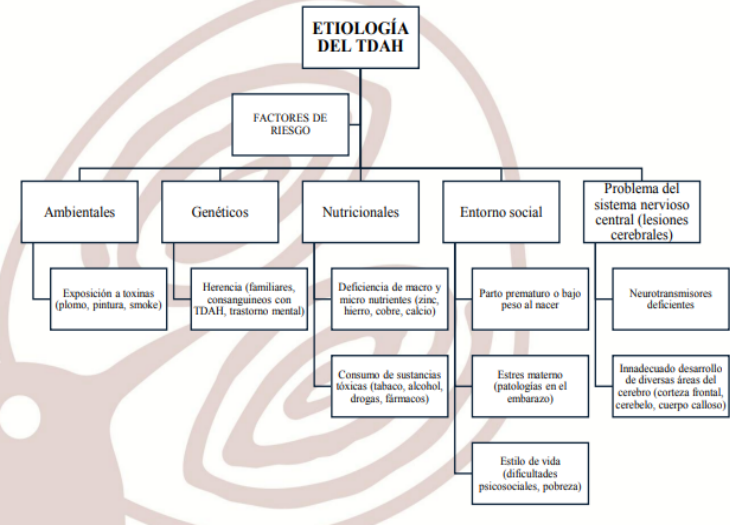
1.1.2 La mirada neurobiologica

Un porcentaje considerable de niños en edad escolar padece TDAH, un trastorno neurológico caracterizado por altos niveles de hiperactividad, impulsividad y dificultad para concentrarse (Rusca, 2022). Debido a estas características, docentes

y padres deben encontrar maneras creativas de ayudar a los niños con TDAH a desenvolverse bien en sus entornos sociales y académicos (Compean, 2024). Condiciones ambientales, genéticos y neurológicos ayudan en este trastorno. Afecta la administración del tiempo, la disposición de tareas, el control emocional y la atención.

El TDAH es el diagnóstico de salud mental más constante en niños y adolescentes necesario a su impacto en el desarrollo cognitivo y emocional. Causa problemas constantes como impulsividad, sobresalto excesiva y dificultad para concentrarse. Los niños con esta perturbación suelen tener problemas para disponer sus actividades diarias, lo que les causa dificultades en el aula (Lara, 2021). Hasta 2017, 7918 niños en las escuelas públicas de Ecuador habían sido diagnosticados con TDAH, lo que lo convierte en el diagnóstico psiquiátrico más común en jóvenes.

Tabla 1: Etiología del TDAH.



Fuente: (Rusca, 2022).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que entre el 5 % y el 6 % de los casos de TDAH se manifiestan antes de los 18 años (Toapanta, 2023). Según (Valda,2018), los niños y adolescentes con TDAH pueden tener dificultades con la atención, la memoria de trabajo y el control ejecutivo, lo que podría afectar el desarrollo cognitivo, esencial para el aprendizaje y la adaptación al entorno. Piaget creía que el aprendizaje se produce gradualmente a través de la interacción con el entorno, pero la impulsividad y la falta de atención pueden dificultar que los niños con TDAH asimilen y acomoden la información, lo que les impide avanzar por las etapas del desarrollo cognitivo

1.1.3. Señales en preescolar: inatención y la hiperactividad

Independientemente de las necesidades del estudiante, la psicología educativa es esencial para su formación. Su objetivo es comprender y ofrecer estrategias que inspiren a los niños a desarrollar sus habilidades emocionales, sociales y cognitivas para lograr un aprendizaje significativo. En el estado actual de la investigación, se han tenido en cuenta importantes perspectivas que ofrecen respaldo científico en el campo de la educación, lo que sitúa a la psicología educativa a la vanguardia. (Messi, 2022) En los ámbitos educativo y sanitario, se hace hincapié en la necesidad de crear entornos propicios tanto para el aprendizaje individual como para el grupal o en entornos de aprendizaje en general. Hoy en día, existen numerosos desafíos para lograr un aprendizaje significativo; por consiguiente, es importante comprender estos desafíos y las razones de su impacto en el rendimiento estudiantil. Los psicólogos educativos trabajan en el tema de abordar los requisitos de aprendizaje.

Figura 2: Falta de Atención.



Fuente: (Valdar, 2022).

Hoy en día, lograr una formación significativa está llenos de dificultades. Por lo tanto, alcanzar estos desafíos y los factores de sus efectos negativos en la productividad estudiantil es esencial. En el ámbito de los requisitos de formación, los psicólogos educativos buscan insumos idóneos y necesarios para favorecer a los alumnos para obtener aprendizaje que potencien sus capacidades.

Los niños con TDAH tienen dificultades para concentrarse y albergar el autocontrol. Si no se trata, la alteración puede perseverar hasta la edad adulta y tener repercusiones negativas, como estrés, depresión y bajo aprovechamiento académico. Según (Pelaz, 2023), el 11 % de los alumnos de secundaria se ven afectados. Para

brindar una educación inclusiva y equitativa a todos los estudiantes, incluidos aquellos con Necesidades Educativas Especiales (NEE), independientemente de si presentan o no una discapacidad, el Ministerio de Educación (MINEDUC) implementó las Unidades de Apoyo a la Inclusión (UDAI).

Este enfoque está especialmente diseñado para apoyar a niños con TDAH. Ante todo, es primordial reconocer que todo niño tiene derecho a una formación de alta calidad, independientemente de sus necesidades o características particulares. Para los niños con necesidades educativas especiales (NEE), incluido el TDAH, es fundamental un perspectiva específico para asegurarse su plena ayuda en el proceso educativo. Las Unidades de Apoyo para Niños con TDAH (UDAI) son un grupo operativo que ofrece asistencia técnica y metodológica. Son esenciales para implementar soluciones adaptativas y crear un entorno de aprendizaje favorable para estos niños.

Orientación Familiar

La familia es primordial en el proceso de procedimientos, ya que, se reconoce el problema, inicia la intervención y gestiona los tratamientos sugeridos. Dado el impacto que el TDAH puede tener en el sistema familiar, el abordaje se centra en ayudar a las familias a enfrentar las dificultades de criar a un niño con este deterioro. Este proceso debe

tratarse de manera integral, incluyendo el apoyo psicoemocional a los progenitores para apoyarlos a enfrentar el estrés. Existen programas de enseñanza en habilidades parentales que realizan formación de técnicas conductuales para controlar el conducta del niño. La institución educativa y la familia deben colaborar para supervisar de forma cercana al progreso académico del niño y hallar soluciones.

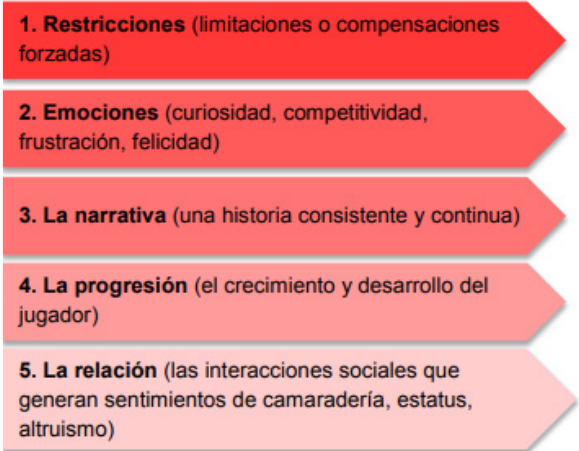
Adaptaciones en el contexto escolar

Las modificaciones apropiadas, como las siguientes, deben formar parte de la intervención escolar:

- ❖ Aplicar métodos para modificar la conducta, como la técnica de timelapse, el modelado y el refuerzo positivo.
- ❖ Enseñar a niños y adolescentes autocontrol, resolución de problemas, habilidades sociales y técnicas de relajación.
- ❖ Colaborar con el niño o adolescente para establecer conjuntamente objetivos a corto y largo plazo, como el comportamiento escolar y el contenido curricular.
- ❖ Adaptar el ambiente del aula y controlar las interrupciones.
- ❖ Modificar los métodos de evaluación, como la administración y calificación de exámenes y solicitudes.

❖ Motivar a los estudiantes brindándoles retroalimentación periódica sobre la mejora de su conducta y esfuerzo.

Tabla 2: Dinamicas de la Gamificacion.



Fuente: (Hunter, 2022).

El juego es una actividad humana natural que ayuda a los niños a aprender sobre su entorno (Delgado, 2022). Desde Huizinga, se ha demostrado que el juego ofrece diversas ventajas para el cerebro, incluyendo efectos favorables en el desarrollo emocional, social y cognitivo de los niños. Por consiguiente, el juego puede considerarse una actividad esencial para el crecimiento. En este sentido, y según el grupo liderado por (Monge,2023), algunas de estas ventajas significativas incluyen un mayor desarrollo del lenguaje, habilidades matemáticas, desarrollo social y físico, y una mejora de la función cerebral

y ejecutiva.

1.1.4 El impacto emocional: frustración temprana y el entorno escolar

Los seres humanos atraviesan una etapa crucial de desarrollo mental, emocional y social desde el nacimiento hasta los seis años. Este periodo consolida habilidades fundamentales como la memoria de trabajo, la atención, el control inhibitorio, la autorregulación emocional y la empatía, consideradas pilares estructurales para el éxito en la educación formal y la adaptabilidad social en el futuro. Según investigaciones (Novita, 2025), la arquitectura de las capacidades cognitivas y emocionales está relevadamente determinada por las experiencias recientes. A pesar de estos datos, numerosas instituciones educativas contemporáneas no han logrado desarrollar enfoques pedagógicos acordes con las características distintivas del desarrollo infantil.

Una técnica concretamente prometedora para integrar juegos en el currículo oficial sin exponer los objetivos de aprendizaje es la gamificación. La gamificación sondear el aumento la motivación y la contribución del estudiante en el aula mediante recompensas, desafíos, avatares, narrativas y sistemas de puntuación. Se describe como la implementación de elementos y dinámicas de juegos en ámbito ajeno al juego (Carrasco, 2024).

Su alcance para mejorar la atención, el autocontrol y la asistencia del alumnado ha propiciado su progresiva integración en la educación básica, a pesar de su perspectiva inicial en contextos empresariales y estudiantil.

Su aplicación en las primeras etapas del sistema educativo aún se encuentra en sus inicios. Según la investigación revisada, las experiencias de gamificación en la educación infantil son todavía escasas, están mal organizadas y, por lo general, solo abordan aspectos cognitivos, ignorando su influencia en el desarrollo emocional. Los conceptos enunciados en el Artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño (UNICEF, 2021), que reconoce el juego como un derecho fundamental y una necesidad para el desarrollo de todos los niños, se oponen a esta situación. Desde esta perspectiva, si la gamificación se adapta a las características únicas del desarrollo infantil y se aplica de forma contextualizada, podría ofrecer una oportunidad sustancial para combinar el juego con procesos de aprendizaje significativos.

Aunque el interés por este enfoque va en aumento, aún quedan muchos obstáculos por superar antes de que pueda ponerse en práctica. Por ejemplo, una interpretación reduccionista del concepto surge de numerosos enfoques de gamificación para la primera infancia que se centran exclusivamente en

plataformas digitales. Esta perspectiva ignora que la gamificación también puede incluir componentes analógicos, como juegos de mesa modificados, ejercicios físicos con reglas, historias dramatizadas y dinámicas cooperativas, todos ellos igualmente eficaces para fomentar el aprendizaje activo. Debido a esta reducción conceptual, la promesa de la gamificación como herramienta para el desarrollo integral de los niños no se ha materializado por completo. (Lorenzo, 2023).

Un aula típica puede transformarse en un entorno de aprendizaje atractivo y pertinente mediante la gamificación. La importancia del juego como componente fundamental del aprendizaje lúdico. En consecuencia, la gamificación ha demostrado ser crucial para fomentar y mejorar los procesos académicos. los docentes destacan la importancia de la gamificación para el éxito académico.

1.1.5. Innovaciones recientes y reformas educativas en marcha

En las aulas actualmente, la presencia a los niños con TDAH, que tienen dificultades para concentrarse y regular su actitud, es cada vez más decisivo. Un patrón recurrente de impulsividad, hiperactividad y falta de atención que impide el funcionamiento diario y el incremento general es la característica principal de este trastorno. Según Portela (2023), el TDAH afecta la memoria de trabajo, la actuación

ejecutiva y la concentración. Ha despertado gran afición en la comunidad científica debido a sus impacto en la infancia y la edad adulta, lo que ha dado oportunidad a diversos programas de estudio a nivel global.

El uso de medios lúdicos en ambientes educativos se conoce como gamificación y se ha convertido en un enfoque metodológico muy esperanzador. McGonigal (2022) afirma que el uso de dinámicas de juego en el aula busca integrar para inspirar a los estudiantes, inclusive a aquellos con TDAH. Si bien esta perspectiva tiene la capacidad de favorecer el aprendizaje y la atención, también plantea varias dificultades que requieren una cuidadosa importancia. (Rocha,2021) indica que la formación inclusiva moderna precisa una estrategia enfocada en la tolerancia, la solidaridad, el respeto y la aceptación, con especial atención a los niños con NEE. Esta perspectiva identificar los beneficios de la diferencia en el aula, fomentando una mayor tolerancia de las personas y su crecimiento.

Según (Lozada,2021), la gamificación se ha popularizado en el sector educativo como una técnica de aprendizaje motivadora. Se ha demostrado que los juegos mejoran la concentración y complementan las técnicas de enseñanza convencionales. Sin embargo, su uso requiere una estrategia contextualizada, basada en las diversas

áreas de estudio que conforman los programas académicos. De esta manera, la gamificación se ha consolidado como una táctica innovadora para maximizar la atención y el comportamiento de los alumnos con TDAH. Numerosas teorías psicológicas, que proporcionan un marco conceptual para explicar por qué los entornos gamificados podrían ser especialmente útiles para este grupo, respaldan su eficacia.

Para abordar eficazmente estos problemas, es necesario implementar intervenciones como adaptaciones en el aula y estrategias de gestión del comportamiento, haciendo hincapié en la importancia de brindar a estos niños apoyo adicional a lo largo de su trayectoria académica. Se ha comprobado que la gamificación que consiste en introducir elementos de juego en el entorno educativo es una técnica útil. Las intervenciones gamificadas ayudaron a los niños con TDAH a concentrarse mejor. Lograron aumentar la atención de los estudiantes, reducir las distracciones y fomentar la perseverancia en el trabajo mediante la inclusión de desafíos, incentivos y actividades interactivas.



CAPÍTULO



CAPÍTULO II

EL PODER DEL “LEVEL UP”



Al ofrecer recompensas externas, promover comportamientos positivos y añadir emoción a las tareas rutinarias, la gamificación puede inspirar a las personas con TDAH. Esto hace que el trabajo tedioso sea ameno y les proporciona una sensación de progreso, lo que les permite avanzar en la vida real. Se puede animar a otros a lavar los platos usando notas adhesivas. Los tokens pueden utilizarse como suplente de objetos extraviados, la meditación y la atención plena pueden auxiliar en el control de la crisis la impulsividad en el TDAH. Según las investigaciones, técnicas como la meditación y la atención plena pueden ayudar a gestionar la impulsividad en personas con TDAH. La gamificación y las aplicaciones también pueden ser utilizados para estas personas.

Actualmente, es esencial asegurar que los niños con necesidades educativas especiales (NEE) reciban una buena formación en ambientes educativos convencionales. Debido a la diversidad de las aulas, son necesarias estrategias de enseñanza innovadoras que fomenten el aprendizaje entre pares y la participación activa de cada estudiante (Poma, 2024). En este sentido, la gamificación y la aplicación de tecnologías digitales, como la plataforma Kahoot, se han convertido en herramientas útiles para mejorar la instrucción y abordar las diferencias individuales (Elangova, 2024).

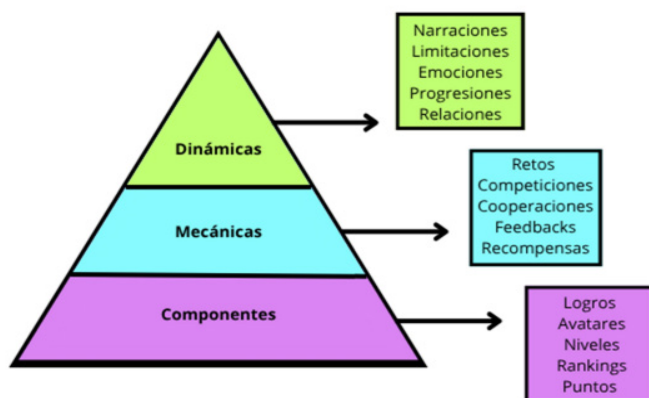
Sin embargo, su uso y eficacia en entornos inclusivos se ven limitados por problemas con la preparación del profesorado y las disparidades en el acceso a la educación (Jimbo, 2024). A pesar de que se ha demostrado que varias plataformas digitales inspiran a los estudiantes y fomentan el trabajo en equipo, su uso en aulas con alumnos con necesidades educativas especiales no es sistemático ni va acompañado de una asistencia pedagógica adecuada. La fluidez del aprendizaje se ve afectada y la repercusión previsto disminuye debido a una infraestructura tecnológica y un aprendizaje docente especializada insuficientes (Coronel, 2022).

El educador deben subyugar la tecnología digital debido a la trascendencia de la educación en el contexto actual. Para comprender la distinción de esta situación, es necesario apreciar un aspecto específico del ámbito educacional. En cualquier caso, el reto consiste en descubrir la manera de utilizar herramientas de gamificación como Kahoot para provocar un aprendizaje inclusivo y eficaz, especialmente para niños con necesidades educativas especiales.

Según López (2022), quien sigue una línea de investigación similar, Kahoot es una herramienta que, al utilizarse con estudiantes, resalta el potencial educativo de la tecnología móvil y demuestra la

sencillez de su integración en las aulas. Además, propone actividades transdisciplinarias, cooperativas e interactivas que ayudan a los estudiantes a mejorar sus habilidades de pensamiento crítico, a la vez que fomenta la motivación, la concentración y un ambiente agradable en el aula. Se ha señalado que Kahoot puede utilizarse como herramienta didáctica en la educación.

Figura 3: Elementos de la gamificación.



Fuente: (Navarro, 2020).

2.1. El Juego como motor de cambio

Todas las culturas y sociedades participan en el juego, que es universal y vital. Al comienzo de la vida, es una acción normal. Todos los animales juegan, por lo que los humanos no somos los únicos. A través del juego, las madres transmiten habilidades

y comportamientos fundamentales para la supervivencia, como la caza, la interacción con el entorno y el desarrollo de habilidades y talentos.

La sinaptogénesis, o el establecimiento de conexiones sinápticas y la transferencia de información entre neuronas, se ve facilitada por el juego y las actividades lúdicas. Si bien la creación de sinapsis ocurre en todas las etapas de la vida de una persona, es particularmente crucial durante el desarrollo cerebral temprano del niño, cuando la plasticidad neuronal tiene un mayor impacto en los factores de crecimiento neuronal.

Figura 4: El Juego como motor de cambio y TDAH.



Fuente: (Navas, 2022).

A pesar de la omnipresente influencia de la tecnología contemporánea, las actividades más populares en los parques infantiles siguen siendo las psicomotoras. Tanto en preescolar como en primaria, los niños aún juegan con amigos del mismo sexo. Los niños suelen preferir los deportes, mientras que las niñas se inclinan por actividades más interactivas y bailes coreografiados que imitan sus canciones favoritas. Además, en cuanto a sus compañeros de juego preferidos, la mayoría prefiere jugar con niños de su misma edad, mientras que relativamente pocos prefieren jugar con compañeros mayores o menores. En Educación Primaria, los alumnos suelen formar grupos con sus compañeros, mientras que en Educación Infantil tienden a interactuar más con alumnos de diferentes clases.

(Millá,2023) afirma que el juego es una actividad innata que comienza en la primera infancia y resulta de:

- La necesidad innata de los niños de moverse e investigar su entorno.
- Su deseo de interacción social y emocional.
- Su capacidad para comprender y utilizar su entorno.
- La exposición del niño a materiales y objetos estimulantes que pueden usarse como instrumentos de juego.

➤ Su disposición a probar cosas nuevas. La actividad lúdica y el juego también sirven como herramienta del desarrollo emocional.

El juego es una fuerza impulsora que tiene un impacto directo en la salud mental y física de los niños. El juego promueve el aprendizaje en todos los aspectos del desarrollo infantil:

➤ Área sensorial: percepción y sentidos.

➤ Área motora: propiocepción, motricidad fina y gruesa.

➤ El dominio cognitivo incluye el procesamiento lógico, la memoria, la atención y la cognición.

El dominio comunicativo abarca el lenguaje, la expresión, el discurso, la interacción y los rituales.

➤ Área afectiva: superación de preocupaciones, fobias y miedos.

➤ Área social: resolución de conflictos, competitividad y roles.

El contacto con los objetos de juego se busca intencionadamente como una actividad divertida que permite a los niños utilizar diversas habilidades y destrezas, lo que requiere esfuerzo y concentración, y favorece la expresión de emociones y el desarrollo de vínculos emocionales entre los jugadores, ya que el juego se basa en gran medida en la imitación y la

simulación.

Desarrollo del juego en las etapas infantiles

(Rodulfo,2022) Según Piaget, «no existe argumento significativo en el desarrollo de la simbolización infantil, ni en la organización de su pensamiento, que no involucre la diversión». De acuerdo con su hipótesis, el uso que hace el niño de los juguetes para interactuar con el entorno varía según su etapa de desarrollo y su capacidad de aprendizaje, entre otros factores. Los bebés (de 0 a 18 meses) juegan cuando interactúan con personas. El bebé responde (con miradas, expresiones faciales, sonrisas, objetos y frases) a las actividades y estímulos entretenidos que le ofrece un adulto. Los bebés requieren la presencia de un adulto para poder jugar. El objetivo del juego en esta etapa es el desarrollo y depende de las habilidades motoras, en particular de la manipulación de objetos.

Para jugar se necesitan herramientas. Estos recursos varían según las distintas etapas del desarrollo infantil y adolescente:

1. El primer juguete de un niño es su propio cuerpo.
2. El segundo juguete es el rostro, las manos y los pechos de su madre.
3. Sus siguientes juguetes son las personas de su entorno inmediato.

4. Objetos cotidianos.

5. Juguetes del mundo natural.

6. Nuevas tecnologías, juegos creados y juegos sociales.

Beneficios del juego para el TDAH y los problemas del neurodesarrollo

Según Winnicott, el juego es «natural y, en sí mismo, incluso es una terapia». Según Vygotsky (2023), «el juego es el éxito de la Existencia sobre la idealización». El juego ayuda a los niños a desarrollar su conceptualización de la realidad, la simbolización, la abstracción, la enculturación, la socialización y el aprendizaje de habilidades, talentos y competencias.

El juego fomenta el desarrollo de las habilidades motrices, Habilidades artísticas y creativas, lenguaje, intelecto, control afectivo y emocional, actitudes y valores (Gracia, 2022). Los tratamientos para los trastornos del neurodesarrollo (como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, las dificultades de aprendizaje, los trastornos del espectro autista, los problemas de percepción y las discapacidades motrices) deben incluir el juego y cinestésicos, etc.) porque afecta directamente al desarrollo cerebral y madurativo.

El juego ayuda a abordar los desafíos cognitivos

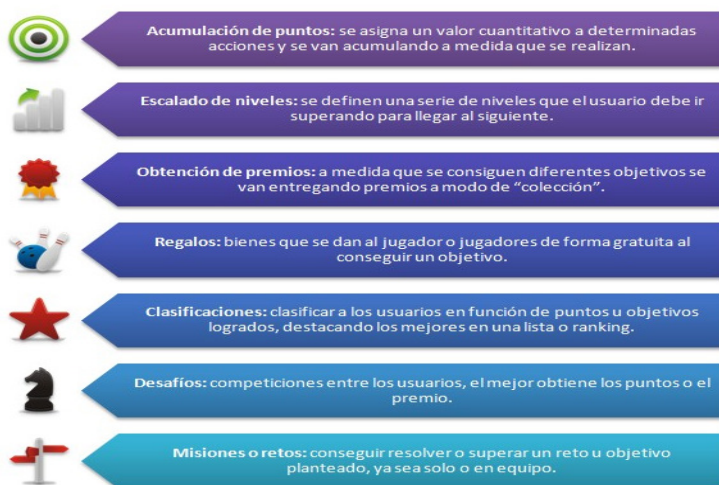
tempranos, el desempeño cognitivo general y los factores de riesgo del neurodesarrollo en estas situaciones. La zona proximal, según la hipótesis de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) de Vygotsky, es la separación entre el nivel de desarrollo potencial y el nivel de desarrollo real. El juego es un excelente ejemplo de una zona de desarrollo próximo, según Vygotsky (Vygotsky, 2023). Los niños transforman la realidad a través del juego antes de los seis años. Maestros, padres, médicos, hermanos, familiares, etc., desempeñan un papel importante antes de este período. Mediante el juego, los niños aprenden a anticipar y comprender las sutilezas sociales y emocionales, así como los comportamientos de los demás, observando a quienes los rodean.

2.1.1. La gamificación transforma el aprendizaje

La gamificación es una estrategia de aprendizaje que utiliza mecánicas de juego tanto en el ámbito profesional como en el educativo para mejorar los resultados, incluyendo la retención de información, el desarrollo de habilidades y la recompensa de comportamientos específicos, entre muchos otros objetivos. Gracias a su carácter lúdico, que hace que el aprendizaje sea más placentero y mejora la experiencia del usuario, este tipo de aprendizaje se está volviendo cada vez más popular en los métodos de formación.

Este modelo de juego funciona porque inspira a los niños a involucrarse más y a esforzarse por alcanzar el éxito. Utiliza diversas estrategias dinámicas y mecánicas propias de los videojuegos. Los usuarios son recompensados según los objetivos que logran mediante métodos mecánicos. A continuación, se presentan algunas de las técnicas mecánicas más populares:

Figura 5: Técnicas Mecánicas.



Fuente: (Gaitan, 2024).

Según la dinámica deseada, ciertos enfoques mecánicos funcionarán mejor que otros. El objetivo de la gamificación es aprovechar los sistemas de puntuación y recompensa basados en objetivos que suelen encontrarse en los juegos, en lugar de crear otros nuevos. El uso de estas estrategias se facilita

gracias a las numerosas plataformas disponibles en el mercado que replican mundos con diversas dinámicas, o bien podemos usar nuestra creatividad para desarrollar nuestras propias reglas.

Figura 6: Funcion Dinamica.



Fuente: (Gaitan, 2024).

2.1.2. Mecanicas Vs Dinamicas

Uno de los trastornos del neurodesarrollo más conocidos y diagnosticados es el TDAH. Se caracteriza por la falta de atención, que puede o no ir acompañada de impulsividad e hiperactividad. Debido principalmente a procesos ejecutivos

poco desarrollados, este síndrome puede generar dificultades considerables para los niños que lo padecen, lo que suele derivar en problemas de adaptación en el ámbito escolar y social. Podría ser útil ofrecer una breve explicación del TDAH antes de describir ciertas actividades.

Al menos seis signos de falta de atención y seis signos de hiperactividad e impulsividad durante al menos seis meses consecutivos son indicativos de trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH). Problemas para mantener la concentración, perder conversaciones o no escuchar por estar distraído, olvidar tareas cotidianas, evitar actividades que requieren atención sostenida, incapacidad para completar tareas, olvidar instrucciones, perder objetos o descuido son signos típicos de falta de atención.

Los signos comunes de hiperactividad/impulsividad incluyen inquietud, hablar demasiado, no poder esperar el turno, interferir en las actividades de los demás, anticipar las reacciones ajenas, tener dificultad para quedarse quieto o sentado y correr en situaciones inapropiadas. Es fundamental recordar que también existe el TDAH, que se caracteriza por la falta de atención pero no por la hiperactividad. Se trata de un trastorno del neurodesarrollo, definido como una afección que resulta de problemas en el proceso normal de desarrollo y cuyos síntomas se

manifiestan en esta etapa (aunque esto no implica que solo ocurra en la infancia o la adolescencia; también puede presentarse en adultos). El crecimiento de la corteza prefrontal se ralentiza en el TDAH, lo que afecta al desarrollo de las funciones ejecutivas. Entre las habilidades que frecuentemente presentan deficiencias se encuentran el trabajo y la atención.

Además, es fundamental recordar que estamos hablando de problemas que escapan al control de quienes los experimentan. Es vital recalcarlo, ya que a muchas personas les puede resultar difícil reconocerlo, como en el caso que nos ocupa.

Figura 7: Mecanicas Vs Dinamicas.

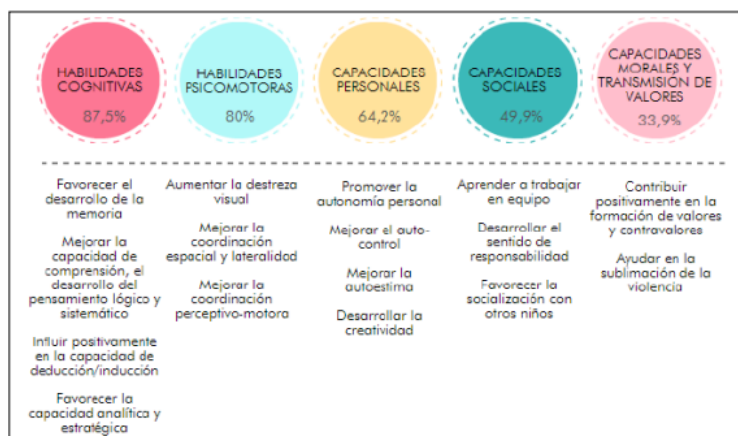


Fuente: (Gutierrez, 2023).

Elementos y características del juego.

Tras definir el término "gamificación", existen varios factores que deben considerarse al crear y desarrollar actividades gamificadas. Por un lado, Colon (2022) identifica la dinámica, la mecánica y los componentes como los tres elementos de la gamificación.

Figura 8: Habilidades y capacidades que favorecen la Gamificación en la educación.



Fuente: (Colon , 2022).

Ideas de ejercicios para niños con TDAH

Al diseñar actividades para niños con TDAH, es fundamental tener en cuenta que deben ser entretenidas y atractivas para el niño, a la vez que buscan mejorar sus habilidades. También deben incluir pausas. Además, se recomienda utilizar más

ejercicios visuales que solo verbales. Asimismo, se deben eliminar o evitar los estímulos que puedan distraerlo. Por ello, los siguientes ejercicios pueden utilizarse con un niño con TDAH para ayudarlo a adquirir habilidades y talentos que le resulten difíciles.

Identificar la diferencia

Encontrar las diferencias entre varias fotografías es la base de este juego tradicional, sencillo y entretenido. Dependiendo de la edad y la habilidad del jugador, el grado de dificultad puede ajustarse. Este juego fomenta la memoria de trabajo y la atención al detalle.

Sopas de letras

Las sopas de letras son otro juego común y conocido que una parte importante de la población disfruta con frecuencia. Pueden ser beneficiosas para niños con TDAH, ya que ayudan a desarrollar la inhibición conductual, la capacidad de organización y la atención selectiva.

Movimientos lentos

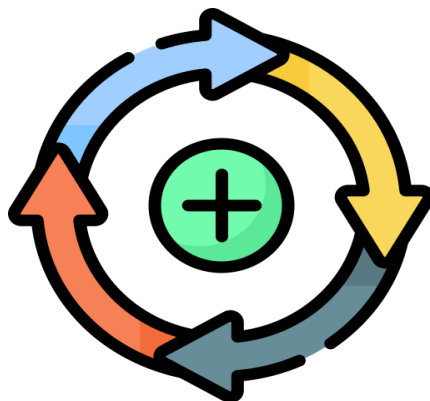
Realizar diferentes acciones a cámara lenta es otro método para desarrollar la inhibición, la capacidad de atención y la regulación del comportamiento. Por ejemplo, los niños podrían fingir ser astronautas en un viaje a la Luna y plantar una bandera en gravedad cero en algún lugar de la superficie lunar.

(su casa, por ejemplo). Esto puede convertirse en una historia completa o incluso en un juego grupal.

2.1.3. El bucle de retroalimentación

Las organizaciones transforman el conocimiento en acción mediante un ciclo de retroalimentación. Los equipos pueden tomar decisiones más rápidas e inteligentes, e incrementar la productividad, la eficiencia y el rendimiento general al reincorporar los resultados del proceso al sistema. Los ciclos de retroalimentación positiva intensifican el cambio, mientras que los ciclos de retroalimentación negativa buscan estabilizar los sistemas.

Figura 9: El bucle de retroalimentación.



Fuente: (Borra , 2022).

Las organizaciones emplean sistemas de retroalimentación para fomentar una cultura de aprendizaje y desarrollo continuo. Gerentes, líderes de equipo y empleados de todos los niveles utilizan

estas tecnologías para recopilar datos importantes y ajustar tácticas que garanticen la alineación con los objetivos empresariales. Estos métodos ayudan a detectar fallas, optimizar procesos y aumentar la satisfacción de las partes interesadas. Un ejemplo claro de un sistema de retroalimentación continua que fomenta el crecimiento tanto organizacional como individual son las evaluaciones periódicas del desempeño del personal.

Las organizaciones utilizan un ciclo de retroalimentación para poner el conocimiento en práctica. Al retroalimentar los resultados de los procesos al sistema, los equipos pueden tomar decisiones más rápidas e inteligentes y mejorar el rendimiento, la productividad y la eficiencia generales. Los ciclos de retroalimentación negativa contribuyen a estabilizar los sistemas, mientras que los ciclos de retroalimentación positiva aceleran el cambio.

2.2. Motivación intrínseca

Motivación

Si bien la motivación es fundamental para un comportamiento orientado a objetivos, puede resultar difícil de alcanzar, especialmente para quienes padecen Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Nos motivan las tareas placenteras, pero los alumnos deben cumplir

con tareas escolares cotidianas que no son intrínsecamente gratificantes. Esto requiere esfuerzo, y la motivación es necesaria para ese esfuerzo.

La atención, el control cognitivo, el control emocional y el control motor son ejemplos de funciones ejecutivas que se activan durante conductas que requieren esfuerzo, según diversos estudios. Varias redes neuronales, en particular las que rigen las funciones ejecutivas, se asocian con disfunciones y una menor conectividad en el TDAH. En consecuencia, el TDAH aumenta la complejidad, dificultando la motivación y el logro de objetivos.

Química y circuitos cerebrales relacionados con el TDAH

En los últimos diez años, la investigación en neuroimagen ha ampliado nuestro conocimiento sobre la neurobiología subyacente del TDAH. Si bien un metaanálisis reciente de estudios de escaneo cerebral reveló que las anomalías en los circuitos entre múltiples regiones cerebrales, no solo el lóbulo frontal, provocan alteraciones en el control del comportamiento, se ha planteado la hipótesis de que una de las diferencias más comunes en niños con TDAH es la disfunción cognitiva debida a diferencias estructurales en el lóbulo frontal (Rubia, 2024). Estas redes cerebrales, que participan en los procesos ejecutivos, el procesamiento de la recompensa y el procesamiento temporal (es decir,

la percepción del tiempo), interactúan entre sí.

Contrariamente a lo que se creía anteriormente, las anomalías estructurales en individuos con TDAH se encuentran con mayor frecuencia en los ganglios basales que en el lóbulo frontal. Las extensas conexiones entre los ganglios basales y las áreas frontales sugieren anomalías en los circuitos que conectan estas regiones, y se cree que los ganglios basales son importantes para controlar las respuestas motoras. Además, la función de los ganglios basales está significativamente influenciada por el neurotransmisor dopamina. La dopamina es un neurotransmisor que ayuda a regular el movimiento, las emociones y la forma en que nuestro cerebro percibe e interpreta las recompensas. También nos motiva a actuar para lograr un objetivo. Dicho de otro modo, la motivación depende de la dopamina. Se ha encontrado dopamina en pacientes con TDAH (Rubia, 2024).

Desarrollo neurológico

La sensibilidad del cerebro a la recompensa y la eficiencia con la que controlamos nuestras reacciones proporcionan la motivación que da lugar a un comportamiento adaptativo (Telzer, 2022). Durante la adolescencia, el cerebro humano experimenta una considerable maduración en algunas redes, como el sistema de recompensa y el sistema regulador. Esta maduración cerebral

adolescente se denomina “plasticidad del desarrollo” debido a su alto grado de maleabilidad durante este periodo. Gracias a la plasticidad cerebral, podemos aprender y adaptarnos a partir de nuestras experiencias, y durante la adolescencia, los sistemas implicados son particularmente sensibles a la estimulación y susceptibles a sufrir daños. Las modificaciones en la estructura neuronal básica del cerebro inducidas por la experiencia se conocen como plasticidad del desarrollo.

Por el contrario, la “plasticidad adulta” se refiere a modificaciones mínimas en los circuitos cerebrales preexistentes después de los 25 años. Durante la adolescencia, cuando la plasticidad neuronal alcanza su punto máximo, se crean vías de aprendizaje completamente nuevas y las antiguas se vuelven más efectivas mediante un proceso de “poda” que implica mielinización y ramificación axonal (Steinberg, 2023). Nuestras vías neurológicas deben optimizarse para un funcionamiento más eficaz, del mismo modo que un árbol debe podarse para que otras ramas se fortalezcan. Los sistemas de recompensa ya están completamente formados en el cerebro adolescente, mientras que los sistemas reguladores aún están en desarrollo. La relación inversa entre estos dos sistemas genera un ambiente complejo que contribuye a argumentar diversos comportamientos de jóvenes.

La abertura en el desarrollo entre la función ejecutiva y los sistemas de procesamiento de gratificación es significativamente mayor en las personas con TDAH. Según (Rubia,2024), ciertas cualidades del retraso madurativo en el desarrollo cerebral parecen estar involucradas a las variaciones observadas en niños y adolescentes con TDAH. Una parte crucial de los ganglios basales involucrada en el procesamiento de recompensa, el estriado ventral (EV) integra datos sobre motivación, control motor y cognición. Los adolescentes con TDAH de tipo combinado exhiben una respuesta exagerada entre el estriado ventral y las regiones motoras al procesar recompensas. Sin embargo, esta respuesta no siempre mejora su desempeño en una tarea, lo que indica que esta conectividad es ineficiente.

Además, las resonancias magnéticas cerebrales de pacientes con TDAH han revelado anomalías en la sustancia blanca en varias áreas del cerebro, lo que indica una disminución de la "poda neuronal" (Ma, 2022). Esto resulta en una menor eficiencia de transmisión de señales entre ubicaciones. Algunas personas pueden tomar una ruta interestatal directa, mientras que otras deben conducir del punto A al punto B por carreteras rurales sinuosas.

Un retraso en la maduración también se sugiere por otras características del neurodesarrollo en el cerebro de las personas con TDAH. Según investigaciones

longitudinales de neuroimagen, los niños con TDAH experimentan un retraso de 2 a 5 años en el desarrollo estructural de su cerebro (pico de grosor cortical y área de superficie) en comparación con sus pares sin TDAH (Rubia, 2024). Por último, para tareas que implican estimación del tiempo, discriminación temporal, sincronización motora y anticipación temporal, las personas con TDAH mostraron una actividad disminuida y constante en el hemisferio izquierdo, según su metaanálisis de las funciones de sincronización cerebral. Afortunadamente, se ha demostrado que durante las actividades que implican inhibición motora, atención y sincronización, estas áreas cerebrales aumentan gradualmente su actividad entre la infancia y la madurez. Como resultado, muchos de nosotros, incluidos aquellos con TDAH, superamos estos síntomas a medida que envejecemos.



CAPÍTULO



CAPÍTULO III

DE LA IMPULSIVIDAD A LA AUTONOMIA



La impulsividad deriva del latín impulsus, que significa «golpear o empujar». Los mecanicistas franceses acuñaron este término para describir comportamientos primordiales que no están bajo control consciente. Los comportamientos impulsivos se han estudiado como trastornos de la voluntad desde principios del siglo XIX. Originalmente se creía que estaban relacionados con las emociones y la inteligencia, pero posteriormente se pensó que constituían una función mental independiente que podía enfermar. Según (Haro,2024), esto condujo al estudio científico de la impulsividad en psicología y medicina como síntoma de numerosas enfermedades psiquiátricas.

Esta discrepancia entre el estudio de la impulsividad y el desarrollo de las habilidades antes mencionadas podría atribuirse a la independencia de las escuelas que, con muy pocas excepciones, son capaces de integrar la investigación de los académicos interesados en el rasgo de personalidad impulsiva con el análisis experimental del comportamiento impulsivo, así como con estudios psiquiátricos o neurobiológicos de la impulsividad.(Evenden, 2023).

Los términos griegos autos, que significa yo, y nomos, que significa ley, son la fuente de la palabra moderna autonomía. En consecuencia, alude a la noción de que cada individuo debe establecer sus propias pautas para vivir su vida, sin anticipar

recompensas ni castigos por sus actos, sino solo la realización que proviene de la autorrealización. Así lo describe (Osorio,2022): La capacidad y flexibilidad para pensar de forma independiente, con un sentido crítico y su aplicación dentro de la situación en la que se encuentran, es lo que se entiende por autonomía. Indica que los individuos poseen tanto la capacidad de actuar como madurez mental. Esto implica que el conocimiento aumenta la probabilidad de autonomía y que la ignorancia es la falta de autonomía.

Uno de los mayores desafíos éticos que enfrenta el hombre moderno es la creciente tendencia a eludir la responsabilidad, fruto de una especie de ignorancia o ingenuidad. Según (Golvano,2023), la idea de autonomía esa capacidad de cuestionar lo heredado y crear nuestras propias leyes, recreada en la acción instituyente del ser humano, de lo colectivo y de lo sociohistórico, conduce a la reflexión sobre la idea de la institución imaginaria de la sociedad. Esta ignorancia, a su vez, impide al hombre desarrollar un concepto general de lo social.

Según Peter Singer, la autonomía se define como «la alcance de escoger, de tomar las propias decisiones y de ejecutar en consecuencia» (p. 100). Por lo tanto, todo ser humano tiene la capacidad y la responsabilidad de tomar decisiones. Así pues, sin libertad no puede existir la ética, pero la autonomía

no puede existir sin libertad. En términos médicos:

La definición de autonomía del paciente (AP) indica que el paciente tiene derecho a tomar decisiones sobre su propio bienestar y que este no puede serle obligatorio mediante la coacción ni aprovechándose de su desconocimiento. El principio de la aprobación libre e informado se fundamenta en la AP. Si bien no impide que el paciente se comprometa independientemente con su médico, se opone al paternalismo. Filosóficamente, se integra con la defensa de la libertad unipersonal de John Stuart Mill y se presenta continuamente tras la moral kantiana del respeto a la persona (Hottois, 2007, p. 48).

Cuando hablamos de impulsividad en el contexto de niños con TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad), nos referimos a su incapacidad para controlar ciertas conductas, como esperar su turno, retrasar reacciones o abstenerse de acciones o comentarios inapropiados. La capacidad de las personas para regular de forma activa y consciente sus conductas, su estilo verbal o su disposición en general se denomina autocontrol.

En este punto, queremos tomarnos un momento para reflexionar sobre las causas de algunos comportamientos que ocurren en casa y en la escuela para determinar cómo podemos ayudar a eliminarlos y, en consecuencia, mejorar aspectos

importantes con los que los niños con TDAH suelen tener dificultades. Los niños hiperactivos a veces pueden ser percibidos como impulsivos, espontáneos o incluso maleducados; esto se debe generalmente a la falta de autocontrol. Ante esto, existen dos posibles explicaciones:

Debido a la falta de autocontrol, la impulsividad puede llevar a infringir las normas. La incapacidad para utilizar el lenguaje como guía conduce directamente a la impulsividad. Por su parte, diversas causas pueden provocar problemas de autocontrol, entre ellas:

- Falta de control de los impulsos.
- Exceso de actividad física.
- Incapacidad para concentrarse, etc.

Según algunos estudios, los niños con TDAH pueden presentar retraso en el control de los impulsos, lo que se traduce en un problema de inhibición. Por lo tanto, podemos constatar que la inhibición conductual y la falta de autocontrol son dos características del TDAH estrechamente relacionadas. Con este conocimiento sobre la falta de autocontrol y la inhibición conductual en niños hiperactivos, podemos centrarnos en ciertos problemas que surgen en el aula. Lograremos esto mediante nuestra propia experiencia y la información proporcionada por educadores que trabajan con niños con TDAH.

El trabajo en equipo es un área específica para la que hemos creado un ejercicio. Debido a las características que estamos analizando, los niños con TDAH podrían comportarse de manera diferente en circunstancias o tareas que requieren que colaboren con otros. Por ejemplo, supongamos que un niño con TDAH debe completar un proyecto grupal para la escuela, lo cual es bastante común, y resulta que hay uno, dos o tres compañeros en ese grupo con los que no se lleva bien.

En este caso, debemos demostrarle al niño que es importante saber comunicar nuestras opiniones con asertividad, es decir, sin imponer las nuestras y respetando las de los demás, siendo siempre proactivos y anticipándonos a las circunstancias. ¿Por qué decimos esto? Porque el trabajo en grupo a veces implica discusiones sobre diversos temas, como la distribución de tareas y su ejecución. Es fundamental que los niños aprendan y practiquen técnicas para controlar las reacciones impulsivas en estas situaciones.

- Detenerse: Aprender a contener la reacción.
- Inhibir el primer impulso: No actuar.
- Pensar: El comportamiento se guía por el diálogo interno.
- Planificar: Definir las acciones necesarias para resolver problemas con éxito.

- Actuar: Ejecutar la estrategia planificada.
- Evaluar: Verificar los resultados obtenidos.

Como siempre, es fundamental diseñar un ejercicio divertido para los niños que capte su interés de inmediato y lo mantenga durante toda la clase. Los videos son solo uno de los muchos recursos disponibles que podemos utilizar para formular preguntas que inviten a la reflexión. Al diferenciar entre comportamientos adecuados e inadecuados, estas preguntas ayudarán a los jóvenes a desarrollar habilidades de crítica constructiva, analizar situaciones y pensar en qué tipo de comportamiento se requiere para el trabajo en equipo y la realización eficaz de tareas grupales. Desde la perspectiva del desarrollo personal, la rivalidad puede ser realmente beneficiosa. Es aparente que proteger a los niños con TDAH a crecer personalmente es elemental, ya que, los motiva a determinar objetivos razonables y, en consecuencia, a favorecer.

Sin embargo, cuando los niños en clase proyectan esta competencia hacia sus compañeros, debemos intervenir con firmeza para que comprendan que esta disposición es inaceptable y que pueden dañar a sus compañeros con comentarios hirientes. Un programa de habilidades sociales es una forma de lograrlo. Al recibir una explicación en clase, los alumnos con TDAH y los que no lo tienen pueden decir cosas como: «Qué cansado, ya lo sé, no comprendo

por qué mis compañeros desconocen y tenemos que explicarlo otra vez». Estos alumnos pueden no tener dificultades académicas significativas.

Bien, dado que este tipo de comportamiento puede ser perjudicial para los demás alumnos de la clase, debemos aplicar una consecuencia negativa. Sería más conveniente intentar cambiar la misma afirmación por algo como: "Ya lo sé y lo entiendo; si alguien quiere, puedo ayudarlo a comprenderlo". De esta forma, se puede establecer en el aula la dinámica de "tutoría entre compañeros", en la que un alumno ayuda a otro a aprender diferentes temas, fomentando la responsabilidad y la unidad.

(Barkley,2022) afirma que la inhibición desempeña un papel crucial en todos los desafíos del TDAH, no solo en la impulsividad. Para centrarnos mejor en el tema que nos ocupa, examinemos un resumen de las funciones ejecutivas que se ven afectadas.

- El corazón de la mente: Incluye nuestra capacidad de regulación emocional, paciencia y adaptación a las reacciones.
- El ojo de la mente: Es la capacidad de visualizar, recordar el pasado y prever el futuro. Fomenta la estrategia, la visión y la guía.
- La voz de la mente: Es la capacidad de autocontrol y diálogo interno. El lenguaje interno se utiliza para la guía y el control.

- El juego de la mente: Ayuda con la gestión de la información, incluyendo el análisis, la síntesis, la evaluación, la planificación, la toma de decisiones y la resolución de problemas.

3.1. Ayudar al niño a ser dueño de sus acciones

Los niños de todas las edades deben tomar decisiones, desde un niño pequeño que elige un juguete hasta un estudiante de último año de secundaria que decide a qué universidad ir. Ciertas decisiones pueden parecer sencillas para los adultos, pero requieren habilidades que los niños aún no poseen. Además, a medida que crecen, las decisiones se vuelven más cruciales y complejas.

Por ello, es fundamental apoyar el desarrollo de la capacidad de toma de decisiones en los niños desde temprana edad, brindándoles numerosas oportunidades de práctica adecuadas a su etapa de desarrollo. Nuestros profesionales explican cuándo permitir que los niños utilicen sus habilidades de toma de decisiones de forma independiente y cuándo ofrecerles el apoyo y la orientación necesarios.

Empiece pronto: Incluso los niños pequeños son capaces de tomar decisiones.

Comience enseñándole a su hijo pequeño a tomar decisiones ofreciéndole dos opciones que usted

considere buenas. Por ejemplo, ofrézcale dos opciones en el menú de un restaurante o permítale elegir si quiere usar zapatos rojos o azules. Esto no significa que los niños deban tener libertad absoluta para elegir todo lo que deseen no todo requiere opciones. Ofrézcales opciones y flexibilidad dentro de esos límites, pero siga estableciendo restricciones. Por ejemplo, pueden decidir qué tipo de fruta quieren comer, pero no pueden comer dulces todo el día. Se recomiendan definir las decisiones cotidianas que deseas que tu hijo tome a medida que crece. Crea una lista y colabora con él para ayudarlo a asumir más responsabilidades. Cuanto más opciones tenga, más experiencia adquirirá.

Modela tu proceso de toma de decisiones.

Como adultos, estamos tan acostumbrados a tomar decisiones que no solemos considerar los pasos que implican. Por eso, los niños pueden comprender mejor tu proceso de toma de decisiones si piensas en voz alta al tomar decisiones sobre cualquier tema, desde dónde ir de vacaciones hasta qué cenar. ¿Qué opciones tienes? ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada una?

El siguiente paso es entablar una conversación con tus hijos sobre las decisiones que les afectan. Por ejemplo, elegir ir a la fiesta de cumpleaños de un compañero en lugar de visitar la casa de un amigo. Descubre las ventajas y desventajas de

asistir a la celebración. Luego, analiza la reacción del cumpleañosero si se entera de que tu hijo prefirió jugar con un amigo en lugar de ir a la fiesta. Cuanto antes ayudes a tus hijos a reflexionar sobre cómo sus decisiones pueden afectar a los demás, mejor. Es fundamental incluirlos en estas conversaciones, ya que les estarás enseñando habilidades importantes. Además, les estarás haciendo saber que sus opiniones son importantes y que tienen diversas opciones.

El siguiente paso es hablar con tus hijos sobre las decisiones que les afectan. Por ejemplo, elegir ir a la fiesta de cumpleaños de un compañero en lugar de a la de un amigo. Pregúntales si deberían ir o no. Luego, conversen sobre cómo la decisión de tu hijo de jugar con un amigo en vez de ir a la celebración afectaría al cumpleañosero. Es mejor empezar a ayudar a tus hijos a pensar en cómo sus decisiones pueden afectar a los demás cuanto antes. Es fundamental incluirlos en estas conversaciones, ya que, les estarás instruyendo las habilidades muy elementales . Además, les estarás comunicando que sus ideas y opiniones son importantes y que existen diversas maneras de expresarlas. Se puede brindar apoyo para simplificar las cosas incluso cuando los niños comienzan a tomar sus propias decisiones. «Un niño puede estar experimentando alteración si se preocupa por qué llevarse la cada día», afirma Berman. «En esa posición, es muy razonable

evitar juzgarlo. Para embellecer sus habilidades, debe practicar. Ofrézcale dos opciones y observe si decide sabiamente. Cuando elija, felicítelo, sobre todo si actúa con rapidez, ya que esto fomentará ese conducta».

Además, enséñale a tu hijo que ciertas A veces hay que tomar decisiones rápidamente, y algunas son más importantes que otras. Por ejemplo, da igual si comes alitas de pollo o pasta hoy; lo que importa es que decidas rápido para no llegar tarde a tu próxima actividad. Mañana podrá comer lo otro, ya que, le gustan ambos.

Cuándo dar un paso atrás

Puedes darle un poco de margen una vez que confíes en que tu hijo tome decisiones. Tomar pequeñas decisiones, como qué tipo de helado comprar o a quién pedirle que juegue, es un excelente punto de partida. Sin embargo, no temas dejar que tome decisiones un poco más importantes. Considera lo siguiente:

- ❖ Siempre que su ropa sea adecuada para el clima, déjale elegir qué ponerse.
- ❖ Permítele seleccionar los libros que quiere leer.
- ❖ Déjale elegir cómo quiere celebrar su cumpleaños.

Hacerle un hueco puede ser difícil a veces, pero

es fundamental expresar tu confianza en sus habilidades en desarrollo. Al hacerlo, no solo le brindas a tu hijo práctica para tomar decisiones, sino que también contribuyes a moldear su carácter al permitirle adquirir las cualidades que caracterizan a quienes toman decisiones con éxito, como:

- ✧ Tener fe en su propio juicio e ideas
- ✧ Confianza en sí mismos
- ✧ Toma de decisiones
- ✧ Introspección
- ✧ Pensamiento analítico
- ✧ Empatía

Si se le da la oportunidad para tomar sus propias decisiones, sabrán qué hacer ante problemas mayores porque ya lo saben". Si alguien te pide consejo sobre un tema específico, pregúntale si realmente necesita tu ayuda y anímale a que tome la decisión por sí mismo. Podrán hablar de ello más adelante. Al tomar decisiones más importantes, dile algo como: «Me alegra enormemente que hayas venido a verme. De hecho, parece una resolución muy importante. Para hablar de este tema, deberías acudir a verme».

Decisiones más importantes, adolescentes

Los preadolescentes y jóvenes que desean ser

independientes también comienzan a tener que tomar decisiones más significativas que pueden requerir concesiones y diálogo. Por ejemplo, una adolescente pasaba horas estudiando y discutía constantemente con su madre sobre las responsabilidades domésticas. En lugar de ofrecerle sugerencias para resolver estos problemas, el médico la ayudó a identificar las causas y a tomar mejores decisiones. Otra razón de sus conflictos con su madre era su tendencia a postergar las cosas. A menudo posponía lavar su ropa sucia cuando su madre se lo recomendaba. La Dra. y ella hablaron sobre cómo podría negociar con su madre, analizando qué podría ser razonable para ella y qué consecuencias debería haber. Aprendió a tomar decisiones con cautela, a llegar a acuerdos y a asumir la responsabilidad de un acuerdo en lugar de discutir.

Cómo ayudar a su hijo con TDAH

Criar a un niño o adolescente con TDAH o TDA puede ser difícil y, a veces, estresante. Sin embargo, como padre o madre, puedes ayudar a tu hijo a superar los obstáculos cotidianos, canalizar su energía hacia actividades constructivas y brindarle a tu familia mayor tranquilidad. Además, si resuelves los problemas de tu hijo de forma más rápida y constante, tendrá mayores probabilidades de éxito en la vida. Los niños con TDAH suelen tener

dificultades con las funciones ejecutivas, que son la capacidad de organizar, planificar, controlar impulsos y finalizar tareas. Deberás asumir el rol de director ejecutivo y brindarle a tu hijo más apoyo a medida que desarrolle sus propias habilidades ejecutivas.

Aunque los síntomas del TDAH pueden ser molestos, es importante recordar que un niño que te molesta, te ignora o se burla de ti no lo hace a propósito. Los niños con TDAH quieren que sus habitaciones estén limpias y ordenadas, quieren sentarse en silencio y quieren seguir las instrucciones de sus padres, pero no saben cómo lograrlo. Te resultará mucho más fácil reaccionar de forma positiva y comprensiva si reconoces que el TDAH de tu hijo también es frustrante. Puedes tener un hogar estable y feliz mientras manejas el TDAH infantil si cuentas con mucho apoyo, paciencia y compasión.

TDAH y tus familiares

Es fundamental comprender cómo los síntomas de su hijo afectan a toda la familia antes de poder criar a un niño con TDAH. Diversos comportamientos que muestran los niños con TDAH pueden causar problemas en el hogar. Con frecuencia desobedecen las órdenes de sus padres porque no les hacen caso. Los demás miembros de la familia tienen que esperar porque son desorganizados y se distraen fácilmente. Por otro lado, comienzan tareas

y no las terminan, y mucho menos recogen después. Los niños que luchan contra la impulsividad suelen interrumpir las conversaciones, exigen atención de forma inapropiada, hablan sin pensar y hacen comentarios groseros o humillantes. Lograr que los niños se vayan a la cama y se duerman suele ser un desafío.

Los hermanos de niños con TDAH se enfrentan a diversas dificultades como consecuencia de estos comportamientos. Sus necesidades suelen ser ignoradas en comparación con las del niño con TDAH. Cuando cometen errores, pueden recibir críticas más severas, y sus logros pueden ser menos reconocidos o dados por sentados. Si el hermano con TDAH se porta mal mientras está a su cargo, pueden verse reducidos a un rol de apoyo y ser responsabilizados. Por ello, los hermanos pueden habituar una mezcla de envidia y enfado cuando adoran a un hermano o hermana con TDAH. Supervisar a un niño con TDAH puede ser física y psicológicamente agotador. La incapacidad de su hijo para “escuchar” puede provocarles frustración, lo que a su vez puede enfurecerlos, y entonces pueden sentirse culpables por irritarse con él.

Para acometer las dificultades de criar a un hijo con TDAH, es imperioso aprender a ser enérgico y afectuoso. Para un niño o adolescente que está aprendiendo a manejar el TDAH, vivir en una familia

amorosa y estructurada es ideal.

3.1.1. Estrategias de Autorregulación

(Pintrich, 2023) afirman que se trata de procesos activos mediante los cuales las personas controlan su motivación, objetivos, cognición y comportamiento. Esto implica tener la capacidad de controlar las emociones en respuesta a estímulos angustiantes, mantener la compostura en momentos de furia, adaptarse a expectativas cambiantes y manejar la frustración sin perder la calma. A pesar de la imprevisibilidad del mundo exterior y de sus propias emociones, los niños pueden utilizar este conjunto de habilidades para orientar su comportamiento hacia una meta a medida que crecen. Se trata de técnicas físicas y psicológicas para mejorar la resiliencia y el bienestar mediante el control de sentimientos, ideas y acciones. La respiración consciente, la ayuda plena, la reevaluación cognitiva, la relajación muscular y el establecimiento de límites son algunas de las técnicas que ayudan a reducir el estrés y prevenir respuestas impulsivas ante situaciones estresantes.

Técnicas de autocontrol emocional y cognitivo

✧ ü Respiración consciente y atención plena: Al concentrarse en la respiración, se puede separar el pensamiento de la acción.

- ✧ Reevaluación emocional: cambiar la respuesta afectiva de una situación reinterpretándola.
- ✧ La pausa de la idea es una técnica para lidiar con ideas angustiantes o desagradables.
- ✧ Distancia temporal: Consiste en alejarse de una disputa antes de actuar.
- ✧ Empatía y autoevaluación: Conocer y normalizar los propios sentimientos para mejorar la regulación emocional.

Estrategias para el comportamiento y el ejercicio

- ✧ La relajación muscular progresiva es el método de Jacobson para controlar y evaluar la respuesta del cuerpo al estrés.
- ✧ La técnica de la "tortuga" enseña a relajar los músculos rígidos encogiéndose ante emociones intensas.
- ✧ El semáforo emocional consiste en identificar la emoción, detenerse, reflexionar y luego actuar.
- ✧ Cambiar el centro de atención: concéntrese en actividades al aire libre, como caminar, para reducir la intensidad emocional.
- ✧ Ensayo mental: visualice una actividad que haya realizado con éxito para minimizar la inseguridad.

3.1.2. El botón de Pausa

Numerosos autores y especialistas en psicología, desarrollo personal y gestión de la productividad abordan la idea del “botón de pausa”, utilizándola habitualmente como metáfora del autocontrol, la consciencia y la regulación emocional. (Moulton, 2021): Se considera que hacer pausas es una habilidad cognitiva para romper la inercia negativa, mejorar el rendimiento y aumentar la seguridad mediante la autoobservación en contextos profesionales y médicos. (Max, 2024): En un entorno de laboratorio, los científicos han descubierto un verdadero “botón de pausa” biológico que permite a los embriones detener momentáneamente su crecimiento durante las primeras etapas del desarrollo humano.

Aprender a no reaccionar de inmediato ante situaciones difíciles es uno de los mayores obstáculos para llevar una vida más plena. Nuestro repertorio de respuestas suele limitarse a una sola y a menudo insuficiente cuando actuamos en “piloto automático”, ya que desconocemos la variedad de comportamientos que podemos emplear en una circunstancia determinada. Como resultado, sufrimos las consecuencias de nuestros propios sentimientos, ideas o acciones negativas. Sigue este consejo para comprender que no siempre necesitamos reaccionar de la misma manera ante

situaciones, relaciones o incluso nuestros propios pensamientos y emociones.

Imaginar lo útil que sería una función donde con solo “pulsar un botón de pausa” antes de reaccionar cuando empezamos a enfadarnos, cuando la vida nos da malas noticias o cuando surgen sentimientos de miedo o preocupación? La buena noticia es que el entrenamiento contribuye a este botón de pausa. Para que cualquiera de nosotros rompa el patrón de reacción habitual, basta un segundo. Podemos reconocer la posibilidad de tomar una decisión en ese instante fugaz. Al ser conscientes de las señales que nos envía nuestro cuerpo, como el calor que precede a la ira, la sensación de opresión en el estómago, el estrés mental, etc., podemos aprender a detenernos. Simplemente pulse “pausa”.

3.1.3. Narrativas de Superación

Según (Navas, 2022) y teorías psicológicas, las narrativas de superación personal son reconstrucciones introspectivas de eventos desafiantes que permiten a las personas dar un nuevo sentido a su vida, transformando traumas o limitaciones en oportunidades de desarrollo personal y empoderamiento. En estas historias, la identidad del narrador se reconfigura, pasando de víctima a agente activo de su propia vida, además de relatar los hechos.

Enfocar la atención, seleccionar, codificar e interpretar la información pertinente, aprovechar la estructura organizativa de la historia, extraer conclusiones que permitan interpretar la información presentada y aplicar con destreza técnicas de recuperación son solo algunas de las muchas técnicas que intervienen en las habilidades narrativas. Además, dado que la producción de historias requiere el uso de formas lingüísticas para la comunicación y la consideración de las necesidades informativas del oyente, constituye una valiosa fuente de información sobre el funcionamiento social y lingüístico del niño.

Las deficiencias en la capacidad narrativa afectan negativamente el desarrollo del infante de diversas maneras. Estas deficiencias dificultan el desarrollo y el mantenimiento de las relaciones sociales al limitar la capacidad de comunicar sentimientos, deseos o sensaciones a sus compañeros y de asociarse experiencias internas. Además, repercuten en la productividad de los niños en la generalidad de las tareas académicas que deben ejecutar a lo largo de su escolarización, que son principalmente de carácter lingüístico e incluyen la lectura y la ortografía de textos narrativos.

Para comprender mejor los desafíos que enfrentan los niños con trastornos del desarrollo, como el autismo, el síndrome de Down y, más recientemente, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad

(TDAH), los investigadores están estudiando las habilidades narrativas.

En cuanto a las habilidades narrativas, observaron que los niños con TDAH se diferenciaban de los niños con desarrollo típico en la creación de sus relatos: proporcionaban menos información, sus historias estaban menos organizadas y contenían más errores de secuenciación y cohesión, a pesar de que demostraban sensibilidad temática y un nivel de comprensión y extracción de ideas principales similar al de los niños con desarrollo típico.

Dado que estos niños no presentaban problemas de comprensión (Tannock,2023) concluyeron que las dificultades en la creación narrativa en niños con TDAH se debían a errores relacionados con la disfunción ejecutiva en la organización y gestión de la información en su producción verbal. Además, un estudio descubrió que los niños con dificultades de lectura muestran deficiencias en los subsistemas básicos del lenguaje semántico y morfosintáctico, mientras que los niños con TDAH tienen más probabilidades de tener dificultades para organizar y controlar la narración, una tarea que requiere habilidades de función ejecutiva.

A continuación se describen los métodos e ideas de autores clave sobre historias de superación:

- **Identidad narrativa (Dan McAdams):** Según el

psicólogo Dan McAdams, los seres humanos crean identidades narrativas basadas en experiencias cruciales. Estos relatos son fundamentales para descubrir el propósito en la vida y con frecuencia se vuelven virales cuando muestran una recuperación o un triunfo sobre la adversidad, como el caso del Wrexham AFC.

- **Enfoque narrativo y resiliencia:** Las narrativas de resiliencia ayudan a las personas a comprender y dar sentido a circunstancias difíciles, utilizando historias de vida como herramienta terapéutica y metodológica.

Los niños con TDAH comparten relatos de superación que destacan el intelecto y la hiperconcentración, cambiando el fracaso en autoconciencia. Historias y experiencias de la vida real muestran cómo las estrategias de estrategia, el apoyo emocional y el hallazgo de sus habilidades (como los deportes o la música) pueden ayudarles a controlar su impulsividad, acrecentar su autoestima teniendo éxito escolar y personal.

Historias y estrategias importantes para superar desafíos:

- ✧ Descubrir talentos (hiperconcentración): Según relatos como el de Ángel Balor, los muchachos con TDAH pueden tener éxito y mejorando su autoestima concentrándose intensamente en pasatiempos

como la música o resolver un cubo de Rubik.

✧ Historias de aceptación y apoyo: Los relatos sobre “enseñar a vivir con TDAH” resaltando la necesidad la ayuda familiar y el tratamiento interiorizando las técnicas de afrontamiento.

✧ Cuentos educativos infantiles: Libros como «¡No puedo quedarme quieto!» y “Un dragón con TDAH” ofrecen a los infantes un criterio positivo sobre su impulsividad y su dificultad para permanecer quietos.

Mecanismos de afrontamiento útiles:

✓ Organización: En el aula y en casa, siga protocolos sencillos y reglas claras.

✓ Gestión del tiempo: use estrategias como la regla de la parálisis por indecisión.

✓ Validación emocional: Al reconocer, en lugar de reprimir, el descontento del joven, puede ayudarle a controlar sus sentimientos

3.2. El Semaforo Emocional

El Semáforo de las Emociones es una estrategia de autorregulación emocional que ayuda a adultos y niños a reconocer y controlar sus emociones mediante los colores rojo, amarillo y verde. El verde indica actuar correctamente, el amarillo reflexionar y buscar respuestas (ansiedad), y el rojo

detenerse cuando las emociones son intensas (ira). La inteligencia emocional es como un faro en el mar de la vida. Nos ayuda a navegar por las turbulentas aguas de nuestras emociones con competencia y seguridad. El Semáforo de las Emociones se presenta como una valiosa herramienta en este viaje emocional, mostrándonos el camino hacia una mejor comprensión de nosotros mismos y de los demás.

Dado que los niños a menudo tienen dificultades para expresarse, ya sea por miedo, ansiedad, vergüenza o una falta de desarrollo cognitivo a una edad temprana, utilizar este sistema de semáforo emocional para ayudarlos a comunicar y comprender sus sentimientos es muy beneficioso para ellos.

El semáforo emocional consta de las siguientes partes:

- ✓ Rojo: ¡Alto! (Detente): Cuando experimentas emociones intensas como miedo, furia, ira o frustración, es momento de detenerte para evitar reaccionar impulsivamente.
- ✓ Amarillo: ¡Piensa! (Pausa): Respira hondo, considerando las circunstancias, reconoce los sentimientos y reflexiona sobre las consecuencias de tus decisiones.

✓ Verde: ¡Actúa! (Acción): Una vez que te hayas calmado, es momento de poner en práctica soluciones efectivas y constructivas. Incluye sentimientos de alegría, calma o entusiasmo.

El Semáforo de las Emociones es un instrumento fructífero por varias razones:

1. Autoconciencia emocional: Al permitir identificar comprendiendo nuestras emociones, es esencial para desarrollar la inteligencia emocional. Podemos manejar nuestro estado mental con éxito al conocerlas

2. Comunicación efectiva: Facilita el acercamiento emocional al proporcionarnos un vocabulario común para explicitar nuestros sentimientos. Al expresar nuestro estado emocional con los demás, podemos informar de forma clara y eficaz nuestros deseos e inquietudes.

3. Regulación emocional: Nos brinda un método para controlar nuestras emociones, permitiéndonos hacerlo de manera constructiva y saludable. Una vez que reconocemos nuestro estado emocional, podemos escoger de forma deliberada y cuidadosa cómo responder.

4. Resolución de conflictos: Facilita la decisión amistosa de conflictos al aligerar la empatía y la tolerancia mutua de la afectividad de los demás. Si somos conscientes de los estados emocionales de

los demás, podemos trabajar juntos para encontrar soluciones que satisfagan las necesidades de todos.



CAPÍTULO



CAPÍTULO IV

DISEÑANDO AULAS INCLUSIVAS



Consiste en establecer entornos de aprendizaje accesibles, acogedores y adaptables para todos los alumnos, sin importar sus habilidades, diferencias en el aprendizaje o procedencias culturales. Utiliza el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) para ofrecer diversas maneras de representar, expresar e interactuar con el contenido, centrándose en personalizar la instrucción en lugar de separar.

Afianzar la educación inclusiva como paradigma principal para la creación de sistemas educativos más democráticos y equitativos es una tarea decisiva para las instituciones educativas. El trabajo colaborativo interdisciplinario «Educación Inclusiva: Desafíos y Soluciones para un Aula Diversa» examina las dificultades para implementar técnicas educativas que aseguren un entorno de aprendizaje accesible para todos los alumnos, teniendo en cuenta los impedimentos, las diferencias de aprendizaje y la diversidad cultural. Esta investigación busca afrontar la escasez de estrategias efectivas para una inclusión verdadera y exitosa en el aula, inspirándose en las contribuciones teóricas de Booth (2022), que critican las prácticas segregacionistas que aún persisten en las escuelas contemporáneas.

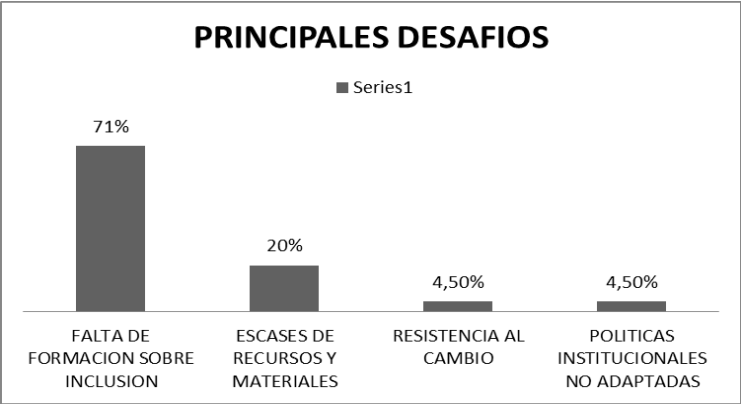
Admitir este problema es básico debido a la imperiosa necesidad de atraer las demandas sociales de un adiestramiento de alta calidad

que valore y reconozca la diversificación, además de la apremio de cumplir con los requisitos legales y éticos internacionales, como los establecidos en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (Naciones Unidas, 2025). (Florian, 2024), quien destaca las deficiencias en la formación docente para abordar la diversidad en el aula, demuestran que, a pesar de los avances en las políticas de inclusión, aún existen importantes obstáculos para su implementación efectiva. Esta evidencia constituye la base de la presente investigación.

De acuerdo con esta línea de razonamiento, podemos examinar lo que (Irrazabal, 2023) dijeron sobre lo siguiente para comprender la educación inclusiva a partir de estos objetivos básicos:

En esencia, el ámbito educativo, en todos los niveles formativos, está llamado a replicar conocimientos provenientes de nuevas orientaciones que favorezcan la gestión del respeto y la aceptación del otro, con sus diferencias y limitaciones, así como la intervención de lo racional y lo experiencial fuera de los entornos educativos (p. 19). La educación inclusiva se amplía para incluir a las personas con discapacidad y a los grupos especiales.

Tabla 2: Principales Desafíos.



Fuente: (Barton, 2023).

El desarrollo profesional es un área crucial que requiere máxima prioridad para el crecimiento de la educación inclusiva, como lo demuestra la frecuencia con la que los docentes solicitan capacitación específica en inclusión. En consonancia con otras investigaciones que respaldan una formación docente más completa y especializada en inclusión, la importancia de este factor pone de manifiesto una posible discrepancia entre las necesidades reales de un aula diversa y la formación docente actual (Booth, 2022).

Esta enfoque en la formación especializada todavía refleja una creciente ecuanimidad de que los enfoques educativos tradicionales no pueden deleitar las demandas de un aula contemporánea y diversa. Además, el búsqueda de la escasez de

recursos como una barrera fundamental subraya la necesidad de infraestructura y apoyo pedagógico que faciliten prácticas inclusivas eficaces. Los comentarios muestran una visión compartida que destaca la importancia de transformar las prácticas institucionales para crear entornos de adiestramiento que respeten y reconozcan la diversidad estudiantil. Estos resultados enfatizan la importancia de métodos de enseñanza inclusivos y proactivos que aborden los requisitos éticos y pragmáticos de la educación contemporánea.

Estos resultados ponen de relieve la urgencia de abordar estos retos con soluciones viables, como el desarrollo profesional continuo y la disponibilidad de recursos didácticos adecuados, en el contexto actual en el que la educación inclusiva se ha convertido en un área clave de debate. Al destacar la avía docente y los recursos como componentes esenciales para crear métodos de enseñanza más inclusivos, este estudio contribuye al avance de la educación inclusiva.

Ideas importantes para el diseño de aulas inclusivas:

- ✓ Enfoque de Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): Proporcione una variedad de materiales y actividades (táctiles, visuales y auditivas) y planifique las lecciones teniendo en cuenta la diversidad desde el principio.

- ✓ • Entorno accesible: Crea un espacio físico cómodo y accesible para todos mediante el uso de ayudas visuales, pictogramas y tecnología de apoyo, según sea necesario.
- ✓ Aprendizaje cooperativo: Fomenta estrategias como el aprendizaje cooperativo y el aula invertida, que promueven la participación equitativa y la interacción social.
- ✓ Respeto y empatía: Crea un ambiente en el aula que evite la estigmatización, promueva la comunicación abierta, celebre la diversidad y sirva de modelo de comportamiento inclusivo.
- ✓ Evaluación diversificada: Ofrecer una variedad de exámenes finales que impulsen a los estudiantes a demostrar lo aprendido de diversas maneras comprensibles.

4.1. Salon de clases donde todos Ganan

Para asegurar el éxito de cada estudiante, un aula donde todos ganan emplea la gamificación, la personalización y la colaboración en un entorno de aprendizaje inclusivo e inspirador. Se prioriza la recompensa del trabajo por encima de las calificaciones, se crean ambientes acogedores y accesibles, y se fomenta la cooperación, donde se respeta la participación de todos.

En comparación con los estudiantes típicos, los niños

con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) enfrentan desafíos adicionales en su búsqueda del éxito. A los niños diagnosticados con TDAH les puede resultar más difícil tener un buen desempeño escolar debido a síntomas como la dificultad para controlar los impulsos, permanecer sentados y prestar atención.

Técnicas para crear un aula donde todos ganen:

- ✓ Gamificación y economía del aula: Anime a los estudiantes a completar las tareas y a buscar la excelencia mediante programas de incentivos, como monedas virtuales o “monedas Steve”, para garantizar la participación plena de todos.
- ✓ Aprendizaje colaborativo: fomentando la integración social y la cooperación a través de ejercicios cooperativos , cuyo objetivo es crear vínculos en lugar de competir.
- ✓ Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): Proporcione ambientes físicos útiles que permitan a todos los niños involucrandose sin necesidad de adaptaciones especiales, como áreas amigables para la autorregulación.
- ✓ Aprendizaje innovador y activo: Utilice juegos educativos que faciliten la asimilación de la información por parte de los estudiantes de forma divertida, transformando la teoría en experiencia.

✓ Atención individual: Comprenda que un grupo reducido permitiendo una atención más eficiente, apoyando el desempeño de cada estudiante de acuerdo con sus necesidades individuales.

Las escuelas pueden ayudar a los niños con TDAH proporcionándoles:

- Tratamientos para el TDAH, como capacitación en organización o manejo del aula; programas de educación especial;
- Adaptaciones para mitigar los efectos negativos del TDAH en el aprendizaje.

Control de la conducta en el aula

Mediante un sistema diario de informes o incentivos, la estrategia de gestión de la conducta en el aula fomenta los comportamientos deseables de los alumnos y desalienta los inadecuados. Al potenciar la participación académica, esta estrategia, liderada por el profesor, ha demostrado tener un impacto positivo en la conducta estudiantil. La gestión de la conducta en el aula ha demostrado ser eficaz para niños de todas las edades, a pesar de que se ha estudiado principalmente en la educación primaria.

Educación organizativa

Para maximizar el aprendizaje de los estudiantes y minimizar las distracciones, la capacitación organizativa enseña a los niños a administrar su

tiempo, a planificar y a mantener organizados sus útiles escolares. Se ha utilizado a niños y adolescentes para probar esta técnica de gestión.

4.1.1. Un tablero de juego para todos

Un tablero de juego “para todos”, con reglas sencillas y objetivos competitivos o compartidos, fomenta la inclusión, la socialización y el desarrollo cognitivo. Ya sean personalizados o clásicos (lotería, Serpientes y Escaleras), estos juegos promueven el aprendizaje, la creatividad y el disfrute familiar sin pantallas, reuniendo a personas de todas las edades. Según (Sutton 2022), el juego es una representación a nivel cognitivo crucial para el desarrollo de la capacidad de gestionar abstracciones y mantener representaciones del entorno ante estímulos cambiantes. (Decroly, 2024) afirman que el juego es una inclinación innata que fomenta el comportamiento impulsivo y el aprendizaje significativo, y que para generar emociones placenteras y aprendizaje, los recursos (tableros de juego) deben modificarse. Paulo Freire promueve el juego como una actividad sin restricciones que permite a las personas interactuar dialécticamente con el mundo exterior.

Ideas para un tablero universal

✧ Temas clásicos y creativos: Juegos como el backgammon, el parchís, la serpiente y la escalera,

y juegos de adivinanzas como el Pictionary son fácilmente accesibles y fomentan la interacción social.

✧ Personalización: creación de sus propios tableros, como loterías temáticas o personalizadas, usando plantillas de Canva o Genially.

✧ Materiales disponibles: Puedes crear tableros artesanales con cartón grueso (1000–2000 micras), melamina o papel de colores vivos para diferenciar las casillas.

Diseño inclusivo

- Medios visuales: Para distinguir las casillas, usa formas distintivas y colores contrastantes.
- Reglas flexibles: Adapta los turnos y el grado de dificultad al nivel de habilidad de cada jugador para que tanto niños como adultos puedan participar.

Debido a que miles de estudiantes viven en entornos diversos, la inclusión educativa es de suma importancia. Contrariamente a la creencia popular, la inclusión abarca mucho más que la simple integración de estudiantes con discapacidades. Si bien esta idea inicial es promover la inclusión educativa, actualmente abarca a una cantidad mucho mayor de jóvenes. Según el texto «Hacia una educación eficiente para todos», ante esta dinámica de cambio, los educadores deben convertirse en

figuras clave y participantes fundamentales para alcanzar mejoras significativas en la vida de sus estudiantes. El compromiso de los educadores que utilizan la innovación como principio rector debe reflejarse en sus métodos de enseñanza cotidianos, garantizando que todos los estudiantes reciban la información que necesitan.

El aula sirve como metáfora del entorno real en el que interactúan educadores y alumnos, construyendo conexiones interpersonales que constituyen vínculos afectivos y educativos y facilitan el admirable proceso de enseñanza-aprendizaje. No obstante, el enfoque del docente será la base para evaluar la eficacia de estas conexiones. Según Córdoba (2023), estas actividades deben estar dirigidas a la participación plena de los estudiantes mediante tácticas lúdicas, que los motiven y les hagan felices para estudiar.

Para niños con TDAH, los juegos de mesa con reglas sencillas y ritmo rápido que fomentan la movilidad, la concentración y la tolerancia a la frustración son perfectos. Catan Junior, Jenga, Animal Upon Animal, The Magic Maze y juegos de acción trepidantes como Dobble o Grablo son excelentes opciones ideales para el autocontrol.

Aquí tienes una lista completa de juegos de mesa recomendados: Juegos de reflejos y acción rápida:

- Grabolo y Grabolo 3D: Ideales para mejorar la concentración y la rapidez de respuesta sin restricciones complejas.
- Dobble (o Dobble Kids): Mejora la atención y la velocidad de procesamiento.
- Jungle Speed: Promueve el control de los impulsos y la concentración.
- Juegos de habilidad y estrategia:
- Animal Upon Animal (HABA): Mejora la paciencia y la motricidad fina.
- El Laberinto Mágico: Mejora la planificación espacial y la memoria de trabajo.
- Jenga: Este juego, frecuentemente utilizado en terapia, es ideal para la planificación, la motricidad fina y la tolerancia a la frustración.
- Catan Junior: Excelente para enseñar gestión de recursos y habilidades tácticas.
- Jugar juegos cooperativos para reducir la frustración.
- ¡A la carga!: Fomenta la colaboración para resolver un misterio.
- Caza de Monstruos: Promueve la gestión de la memoria y el trabajo en equipo.
- Juegos de construcción y equilibrio:

- Batalla de Tangram: Aumenta la paciencia y la inteligencia visoespacial.
- Tabla de equilibrio: Perfecta para canalizar la energía, permite realizar movimientos esenciales mientras se mantiene la concentración.

4.1.1. Aulas para bajar la sobreestimulación

Las aulas que minimizan las distracciones visuales y auditivas y ofrecen zonas tranquilas se conocen como aulas sensorialmente amigables. Las herramientas de presión profunda, los materiales insonorizantes, los colores neutros, la iluminación tenue y las zonas tranquilas específicas son tácticas importantes. El objetivo es proporcionar un entorno seguro que permita a los niños ejercitar el autocontrol.

Técnicas para aulas con baja emisión sensorial

- Espacios tranquilos: colocando juguetes sensoriales, cojines, mantas con peso o música relajante en lugares donde los niños suelen esconderse cuando están ansiosos.
- Menos estímulos visuales: Evita paredes con diseños muy elaborados. Se eligen colores neutros y menos imágenes y carteles llamativos.
- Controlar del ruido: Usa alfombras para reducir el eco y el ruido de las pisadas. Si es necesario, proporciona auriculares con cancelación de ruido.

- **Controlar de la iluminación:** Reduciendo minimizando la intensidad de las luces brillantes, usa luz natural y evita las luces fluorescentes intermitentes.
- **Organización del espacio:** Coloque a los estudiantes más sensibles al final de la fila o en lugares con un espacio personal claramente definido, utilizando herramientas como cinta adhesiva en el suelo para delimitar las zonas.
- **Rutina y estructura:** Programe tiempo de recuperación para evitar la acumulación de fatiga sensorial.

Técnicas de autogestión en el ámbito educativo

- **Respiración y atención plena:** enseñar a los alumnos poner en práctica los ejercicios de respiración profunda y métodos de relajación muscular gradual.
- **Herramientas sensoriales:** Ofrezca juguetes antiestrés para ayudar a disminuir la ansiedad.
- **Propiocepción:** Fomente actividades de presión profunda, como dar un abrazo fuerte o levantar objetos pesados, para ayudar a relajar el sistema nervioso.

Signos de sobrecarga sensorial

Para responder con prontitud, es esencial para identificar si un alumno está sobreestimulado:

- Impaciencia y nerviosismo.
- Comportamientos de evitación, como taparse los oídos o cerrar los ojos.
- Hiperactividad o ansiedad.
- Autocontrol mediante la repetición de movimientos (estereotipos).

Técnicas para el TDAH en el aula:

- Espacios tranquilos: Cuando un niño se sienta ansioso, proporcione un área tranquila con elementos sensoriales y luz tenue.
- Gestión del entorno: Reduzca las distracciones auditivas y visuales. Organice el aula para minimizar las distracciones.
- Movimiento permitido: Permita movimientos pequeños y útiles, como estirarse, usar una pelota de yoga o asignar tareas que requieran movimiento, como limpiar la pizarra o distribuir documentos.
- Rutinas y ayudas visuales: Divida las tareas en partes manejables y utilice listas de verificación y cronogramas visuales.
- Descansos sensoriales/activos: Para ayudar a recuperar la atención, utilice breves intervalos para caminar o estirarse.

La sobreestimulación sensorial es una respuesta intensa y potente a los estímulos sensoriales ambientales, como luces, sonidos, olores y texturas. Para muchos niños neurodivergentes, estas sensaciones pueden ser más intensas y difíciles de filtrar, lo que puede provocar una sobrecarga sensorial. Para enriquecer las experiencias sensoriales de los niños, es fundamental crear entornos que satisfagan sus necesidades sensoriales. Esto implica encontrar un equilibrio y ofrecer actividades que fomenten la calma y la concentración. Su bienestar y comportamiento pueden mejorar considerablemente evitando la exposición prolongada a estímulos fuertes, como luces brillantes o ruidos intensos.

Al respetar los límites sensoriales, contribuimos a crear un ambiente más tranquilo y permitimos que los niños crezcan con mayor facilidad y alegría. Se trata de brindarles momentos de paz y permitirles experimentar cosas que sean beneficiosas para su desarrollo y educación.

sobreestimulación sensorial

Reconocer los indicadores de sobreestimulación sensorial requiere atención al detalle. Los niños pueden mostrar signos de estrés, ansiedad o impaciencia. Incluso pueden recurrir a conductas de evitación, como cerrar los ojos o taparse los oídos. Además, el agotamiento mental y emocional

provocado por la sobrecarga sensorial puede afectar la salud general de una persona y su capacidad para realizar las tareas cotidianas.

Cuando existen trastornos neurodivergentes como el trastorno del espectro autista (TEA) o TDAH, la sobreestimulación sensorial puede ser mucho más evidente. Por ejemplo, los niños con TDAH pueden tener dificultades para concentrarse y filtrar las distracciones sensoriales, mientras que los niños con TEA pueden ser hipersensibles a ciertos estímulos. Es fundamental reconocer y tratar la sobreestimulación sensorial para crear un ambiente que promueva el aprendizaje y el bienestar emocional. Uno de los aspectos más importantes para el desarrollo infantil es brindarles técnicas y recursos que les ayuden a controlar y adaptarse a la sobrecarga sensorial. Por ello, se han desarrollado funciones diseñadas para reducir la sobreestimulación sensorial, permitiendo que los niños disfruten de juegos más cómodos.

El vínculo y la regulación emocional

Además de influir en el desarrollo emocional y social del niño, la relación con sus cuidadores puede ser crucial para reducir y controlar la sobrecarga sensorial. Cuando los niños pequeños se sienten abrumados por una estimulación sensorial intensa, un vínculo fuerte y estable puede servirles de ancla emocional, brindándoles confianza y protección. Los niños neurodivergentes pueden tener especial

dificultad para lidiar con los altibajos emocionales que experimentan todas las personas, incluso los adultos. En estos casos, la relación entre maestros, padres y otros cuidadores es esencial para controlar las emociones.

Técnicas efectivas para controlar las sobreestimulación sensorial

Es fundamental contar con herramientas útiles para ayudar a los niños a controlar sus emociones y encontrar la calma en estas circunstancias. Durante estos momentos difíciles, las siguientes tácticas pueden ser de gran ayuda:

- Espacios tranquilos: Habilite un espacio tranquilo y acogedor donde los niños puedan ir cuando se sientan estresados. Puede añadir objetos reconfortantes, cojines suaves e iluminación tenue.
- Respiración profunda: Enseñe técnicas de respiración profunda, como la inhalación y la espiración graduales. Esto puede ayudar a reequilibrar las emociones y disminuir la ansiedad.
- Estimulación táctil: Para redirigir su atención, ofrézcales objetos táctiles para manipular, como pelotas antiestrés o telas suaves.
- Música relajante: Tener a mano una variedad de música relajante puede ayudar a reducir el estrés y crear un ambiente tranquilo.

- Visualizaciones guiadas: Ayúdalos a imaginar un lugar tranquilo y seguro mediante una visualización creativa. Esto puede distraerlos.
- Movimientos suaves: Los estiramientos y las posturas de yoga son ejemplos de movimientos lentos y deliberados que pueden aliviar el estrés y promover la calma.
- Juegos de atención: Introduce actividades que requieran concentración, como resolver rompecabezas sencillos o encontrar objetos en una imagen.
- Comunicación: Proporciona un entorno en el que el niño pueda expresar sus emociones. Anímalo a probar nuevas estrategias y a descubrir qué estrategias le han funcionado anteriormente.

En momentos de sobrestimulación sensorial, estas técnicas pueden ofrecer un alivio característico y permitir que el niño recupere el equilibrio emocional. Hemos desarrollado funcionalidades específicas para reducir la sobrestimulación, pero también es primordial contar con herramientas prácticas que puedan esmerarse en diferentes situaciones.

4.1.2. Cooperación Vs Competencia

Estas dinámicas sociales interrelacionadas influyen en el comportamiento de las personas, tanto individualmente como dentro de las organizaciones.

Mientras que la cooperación utiliza el trabajo en equipo para alcanzar objetivos compartidos (ganar-ganar), la competencia utiliza la competencia por recursos o reconocimiento para fomentar la eficiencia, la creatividad y el desarrollo continuo. Incluso bajo tácticas de “coopetición”, ambas pueden coexistir (cooperar para competir).

Según (Deutsch, 2022), la colaboración se produce cuando los objetivos de los participantes están conectados de manera que las actividades de uno ayudan al éxito del otro interdependencia positiva. (Robert, 2024) destaca la importancia de la reciprocidad. La base de una colaboración eficaz a largo plazo es recompensar a las personas que ayudan y penalizar a los “tramposos” comportamiento recíproco. Según (Hall, 2023), es un acuerdo entre sectores que comparten objetivos para producir resultados que benefician a todos.

Distinciones y características:

- Cooperación: Implica aunar esfuerzos, fomentar la solidaridad y colaborar con otros para alcanzar un objetivo común.
- Competencia: Es un conflicto, a veces con una dinámica de suma cero, entre partes con objetivos similares.
- Interdependencia: La cooperación se basa en objetivos comunes y beneficiosos, mientras que

la rivalidad suele surgir de metas indeseadas o incompatibles.

En el ámbito laboral, cooperación y competencia: •

Cooperación: Mejora el ambiente laboral, facilita el intercambio de conocimientos y aumenta el logro de objetivos compartidos.

- Competencia: Fomenta la excelencia, la innovación y un mejor desempeño tanto a nivel individual como grupal.
- Cooperación competitiva: Estrategia en la que empresas rivales colaboran en ámbitos específicos para competir en la creación de bienes y servicios.

Naturaleza e impactos:

- Evolución: Si bien la competencia funciona como mecanismo de supervivencia y selección, más del 90 % de las interacciones en la naturaleza son cooperativas.
- Desempeño: Aunque el trabajo en equipo y la competencia pueden mejorar el desempeño individual, la competitividad puede, en ocasiones, aumentar el estrés y la ansiedad, lo cual puede ser perjudicial.
- Mercado: Si bien la competencia es un proceso dinámico sin vencedores permanentes que beneficien al consumidor, la cooperación (mediante contratos) es la base del comercio.

4.2. Diseño Universal para el aprendizaje (DUA)

La mayor parte de la comunidad educativa de nuestro país ha adoptado las ideas de educación inclusiva y educación para todos en los últimos años. Docentes y otros expertos en el campo de la educación coinciden en que la diversidad es la norma, no la excepción, en cualquier grupo humano. Pero, ¿a qué tipo de diversidad nos referimos y por qué atrae tanta atención desde el punto de vista educativo? Los estudiantes difieren entre sí de diversas maneras. Son diferentes en cuanto a sus características físicas, etnia, lengua materna, familia, estatus social y herencia cultural. En resumen, existe una multiplicidad de diversidades, lo cual es inevitable.

Además de los factores descritos anteriormente, la diversidad en el aprendizaje se explica exclusivamente por la estructura y el funcionamiento del cerebro. Los recientes avances en neurociencia demuestran que cada cerebro es único. Nos diferenciamos en la cantidad de espacio que ocupa cada región o módulo dentro del área cerebral total, así como en las áreas que se estimulan simultáneamente durante las actividades de aprendizaje, aunque todos poseemos regiones cerebrales comparables especializadas en tareas específicas. Las múltiples maneras en que los estudiantes acceden a la información, transmiten sus conocimientos y se

motivan e involucran en su propio aprendizaje están influenciadas por esta diversidad cerebral.

El método de Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) es una posible solución. Para explicar por qué algunos estudiantes no alcanzan los objetivos de aprendizaje requeridos, el método DUA se centra en cómo está diseñado el currículo. Se critica el hecho de que muchos currículos se creen para servir a la "mayoría" de alumnos en lugar de a todos. Estos programas parten de la premisa de que muchos estudiantes aprenden de manera similar. Se establecen objetivos, se crean tareas y recursos, y se producen materiales para estos niños. Como resultado, los objetivos se vuelven prácticamente imposibles para una "minoría". El método DUA sostiene que estos niños no pueden acceder a las oportunidades de aprendizaje debido al propio currículo.

Aplicar los conceptos del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) al diseño curricular en todos los niveles educativos es el objetivo de este enfoque pedagógico. Como ya se mencionó, la investigación de este centro en la década de los 90 dio origen al DUA. Crearon un marco para implementar el DUA en el aula, basado en un marco teórico que integra la investigación educativa, las tecnologías y los medios digitales, y los avances más recientes en neurociencia aplicada al aprendizaje.

Las dos principales contribuciones del DUA son las siguientes: 1. Elimina la división entre estudiantes con y sin discapacidades. La diversidad es un concepto que atañe a todos los alumnos, cada uno de los cuales aprende mejor de una manera diferente debido a sus diversas habilidades y distintos grados de desarrollo.

En consecuencia, ofrecer diversas opciones de aprendizaje no solo beneficia a los estudiantes con discapacidad, sino que también les brinda la libertad de elegir la que mejor se adapte a su estilo de aprendizaje. Por ejemplo, si el profesor organiza un recital de poesía en el aula y les da a los estudiantes la opción de leer un poema o recitarlo de memoria tras escuchar una grabación varias veces, garantizará la participación de estudiantes con discapacidad visual, así como de aquellos analfabetos o que leen muy despacio. Una vez más, observamos que la importancia de la discapacidad se traslada del estudiante al diseño curricular en general y a los recursos y medios en particular (Burgstahler, 2022).

Tabla 3: Redes cerebrales y aprendizaje.

Redes de reconocimiento	Especializadas en percibir la información y asignarle significados. En la práctica, estas redes permiten reconocer letras, números, símbolos, palabras, objetos..., además de otros patrones más complejos, como el estilo literario de un escritor y conceptos abstractos, como la libertad.	
Redes estratégicas	Especializadas en planificar, ejecutar y monitorizar las tareas motrices y mentales. En la práctica, estas redes permiten a las personas, desde sacar un libro de una mochila hasta diseñar la estructura y la escritura de un comentario de texto.	
Redes afectivas	Especializadas en asignar significados emocionales a las tareas. Están relacionadas con la motivación y la implicación en el propio aprendizaje. En la práctica, estas redes están influidas por los intereses de las personas, el estado de ánimo o las experiencias previas.	

Fuente: (Rose, 2022).

Si un currículo es inaccesible para todos los alumnos, se considera incapacitante. Pensemos en un estudiante inmigrante que no habla el idioma. Si un tema científico se enseña únicamente de forma oral y en el libro de texto, el estudiante no podrá comprenderlo ni aprender. Sin embargo, si se utilizan otros recursos, como infografías, películas con subtítulos o textos digitales con traducción simultánea, el estudiante contará con la ayuda necesaria para acceder al material sin perder tiempo aprendiendo el idioma de instrucción.



CAPÍTULO



CAPÍTULO V

INVENTARIO DEL MAESTRO



Generalmente se relaciona con dos ideas: un registro tangible de los materiales utilizados en el aula para la gestión docente o instrumentos de evaluación que miden el desempeño profesional, los métodos de enseñanza y la interacción entre docente y estudiante. Facilita la organización de recursos, la mejora de la enseñanza y la evaluación de competencias. La responsabilidad del docente es ayudar a los estudiantes a desarrollar competencias, como las que fomenta la pedagogía crítica para el desarrollo de conocimientos, habilidades y valores, las cuales deben reforzarse mediante el uso eficiente de las TICs.

Esto facilita que los estudiantes estudien en circunstancias relacionadas con sus familias, su vida social y su carrera profesional. Además, fomenta el diálogo sobre cómo los métodos educativos apoyan la construcción de un conocimiento crítico, argumentativo, proactivo y comunicativo, donde el aprendizaje se centra en los intereses de cada participante en el proceso educativo. Asimismo, examina cómo los docentes pueden utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para crear un aprendizaje significativo, con el objetivo de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje atendiendo a las posibilidades, necesidades e intereses que presenta el contexto.

De esta manera, se debe considerar a (Díaz,2022), Al referirse a los estudiantes como agentes dinámicos en “los procesos activos de construcción del conocimiento: se habla de un sujeto cognitivo que contribuye y que claramente supera, a través de su trabajo constructivista, lo que su entorno le ofrece” (p. 2), el autor concluye que uno de los retos a los que se enfrentan los educadores es la búsqueda, la creatividad y el desarrollo de nuevos enfoques y técnicas que permitan a los estudiantes ser participantes activos en su proceso de enseñanza-aprendizaje y tener un acceso más fácil y beneficioso a la construcción y apropiación del conocimiento.. Más aun teniendo en cuenta los cambios propios de la sociedad y la cultura escolar, exigen del estudiante una capacidad cada vez mayor frente a la toma de decisiones, la búsqueda de opciones de desarrollo y mejoramiento en su calidad de vida y de su entorno (Acevedo-Franco, Londoño-Vásquez y Restrepo-Ochoa, 2017).

Inventario de Materiales de Aula (Gestión Física)

- ✓ Objetivos: Evitar pérdidas, proteger los recursos y mantener el orden en el aula.
- ✓ Los artículos esenciales incluyen bata de laboratorio, proyector, papelería, materiales didácticos y mobiliario.

✓ **Gestión:** Generalmente se registra en Excel u otros programas, y consiste en elaborar listados completos por ubicación, producto y categoría.

Lista de estrategias y tareas de instrucción (Evaluación)

- **Inventario de Prácticas Docentes (IPD):** Una herramienta para evaluar la instrucción basada en la investigación y validada científicamente.
- **El Inventario de Interacción Docente-Estudiente (IIP-A),** con escala Likert de 31 ítems, evalúa el entorno del aula, las estrategias de instrucción y los procedimientos de evaluación.
- **Inventario de Tareas Básicas de Educación:** Una herramienta para confirmar el desarrollo profesional y las funciones esenciales de los docentes.

Medidas de desempeño (Evaluación profesional)

- **Conocimientos de la materia y habilidades pedagógicas.**
- **Planificación, administración y organización en el aula.**
- **Evaluación y crítica.**
- **Ética profesional y desarrollo profesional continuo.**

La Escala de Calificación del TDAH de Vanderbilt (VADTRS), una herramienta fundamental de 43 ítems

para educadores, evalúa las conductas comórbidas y los síntomas del TDAH (impulsividad, hiperactividad e inatención) en niños de 5 a 12 años. Destaca tanto las fortalezas como las debilidades, así como la forma en que los síntomas afectan el rendimiento académico.

Aspectos importantes del inventario y la labor del docente:

- Herramientas comunes: Se utilizan las Escalas de Calificación de Conners para Docentes, además de la Escala de Calificación de TDAH de Vanderbilt.
- Método de evaluación: Los docentes pueden diferenciar entre hiperactividad e inatención evaluando la frecuencia de conductas como “no termina las tareas”, “inquietud” o “impulsividad”.
- Más allá del diagnóstico, el objetivo es implementar cambios en la escuela, como sentar al niño en un lugar alejado de distracciones, darle instrucciones claras y brindarle apoyo.

Además, el rendimiento académico (lectura, matemáticas y escritura) y el comportamiento en el aula (habilidades organizativas, relaciones con los compañeros, capacidad para seguir instrucciones, no interrumpir la clase y completar las tareas) son los dos ámbitos de desempeño en los que la prueba evalúa el deterioro funcional. El objetivo de esta evaluación del deterioro funcional es determinar si

un niño cumple con los requisitos clínicos para cada característica de comportamiento evaluada.

La escala VADTRS ofrece numerosas ventajas para los docentes, especialmente en lo que respecta a la evaluación exhaustiva del TDAH. Proporciona datos importantes del entorno escolar, donde muchos síntomas del TDAH son más evidentes y provocan un mayor deterioro funcional. Dado que los criterios diagnósticos del DSM para el TDAH requieren que los síntomas se manifiesten en diversas situaciones, la perspectiva del docente resulta crucial. En el ámbito escolar, donde los niños pasan gran parte del día y donde su desempeño social y académico puede ser fácilmente monitoreado, la VADTRS facilita la evaluación, la planificación de tratamientos y la valoración de las intervenciones.

5.1. Herramientas, Dinámicas y Recursos Prácticos

El crecimiento de las actividades profesionales y educativas depende de herramientas prácticas, dinámicas y recursos que faciliten una planificación, gestión y evaluación eficaces. Estas herramientas facilitan la creación de un entorno de aprendizaje dinámico y cooperativo, fundamental para la creatividad y el aprendizaje en el aula. La implementación de la tecnología digital en contextos educativos se ha acelerado en las últimas décadas debido a su creciente importancia. Investigaciones

recientes indican que estas tecnologías facilitan la enseñanza al permitir la creación de entornos dinámicos e interactivos que aumentan la participación y el rendimiento estudiantil. Sin embargo, aún existen desafíos importantes, como la falta de preparación docente y el acceso desigual a la infraestructura tecnológica, especialmente en las zonas rurales.

A pesar de los avances, existe una brecha en la literatura sobre cómo el fortalecimiento de las competencias digitales de los docentes afecta directamente al desarrollo del pensamiento crítico en los estudiantes. Esta brecha limita la implementación de programas de capacitación efectivos y sostenibles, adaptados a las necesidades actuales de la educación híbrida o virtual. A nivel internacional, en Perú se hizo un estudio donde se considera que, actualmente la enseñanza a través de herramientas digitales se ha incrementado en las instituciones educativas, especialmente a raíz de la pandemia y el confinamiento global. En este contexto, muchas herramientas digitales en línea han surgido como recursos gratuitos, potenciando su uso por parte de los docentes para fomentar la construcción del aprendizaje.

Debido a que facilitan el desarrollo de hábitos de estudio efectivos y fomentan el mejor aprendizaje virtual posible mediante el uso de la tecnología más

reciente, las plataformas digitales y su integración en la educación permiten a los estudiantes adquirir habilidades y competencias que pueden ser sumamente valiosas para su educación. Esta estrategia se cita como uno de los principales problemas del sistema educativo actual. Se determinó que el uso de herramientas digitales en el proceso de enseñanza-aprendizaje facilita la orientación y la educación de los alumnos para la adquisición de nueva información. Para garantizar que los jóvenes puedan comprender la información, es fundamental utilizar estas plataformas con las modificaciones adecuadas.

Impulsada por el desarrollo de tecnologías como internet, los dispositivos móviles y las plataformas de aprendizaje en línea, la revolución digital en la educación ha transformado por completo la forma en que enseñamos y aprendemos. Si bien este cambio es importante, también ha puesto de manifiesto las ventajas y dificultades de integrar la tecnología en los procesos educativos. Mientras que algunas instituciones han comenzado a adoptar técnicas más sostenibles y planificadas para incorporar la tecnología de manera fundamental a su oferta educativa, otras han reaccionado a la crisis introduciendo rápidamente modelos de aprendizaje a distancia sin una planificación a largo plazo.

El objetivo de la transformación digital es cambiar los procesos internos y la cultura de una organización. Este cambio requiere un enfoque planificado que incluya la actualización de las estrategias de enseñanza, la reorganización de los recursos institucionales y el apoyo a docentes y estudiantes para el desarrollo de la alfabetización digital. Para ello, la integración debe estar liderada por un equipo directivo comprometido.

Herramientas tecnológicas y digitales

Diseño y creación de contenido:

- Canva: Ideal para colaborar en la creación de infografías, presentaciones y otros productos visuales.
- Genially: Excelente para crear materiales interactivos y presentaciones animadas.
- Easily: Sus plantillas prediseñadas facilitan la creación de infografías.
- Animoto: Permite crear vídeos educativos.
- Gestión del aprendizaje y aulas virtualesGoogle Classroom: Una herramienta fundamental para la comunicación, la delegación de tareas y la gestión del aula virtual.
- Edmodo: Un programa muy popular para la gestión de grupos y la comunicación en el aula.

- Miro: Una pizarra digital que facilita la colaboración.
- Trello/Notion: Herramientas para la gestión de proyectos y tareas.
- Gamificación y evaluación interactiva:
 - Kahoot: Una aplicación web para crear pruebas y juegos interactivos.
 - Educaplay: Esta herramienta permite crear ejercicios multimedia didácticos como crucigramas y sopas de letras.
 - Blooket y Gimkit son dos soluciones de gamificación que fomentan la participación estudiantil.
 - Quizizz y Plickers: Herramientas para realizar pruebas y cuestionarios formativos en tiempo real.
 - Celebrity Edu: Su objetivo es fomentar el aprendizaje mediante la gamificación.

Otros recursos útiles:

- Prezi: Para presentaciones visuales y no lineales.
- Inkwriter: Para la creación interactiva de historias.
- Utiliza Zoom o Skype para videoconferencias y clases en vivo.
- Dropbox y Evernote: Para archivar y tomar notas.

Dinámica de grupo y tareas prácticas.

- ✓• Gamificación (presencial y en línea): Motiva a los estudiantes tanto en línea como presencialmente mediante mecánicas de juego (puntos, niveles y desafíos).
- ✓• Debates rápidos: Inicia debates o argumenta para presentaciones en vivo con las herramientas de Canva.
- ✓• Trabajo en equipo: Un método para organizar la cooperación en el aula.
- ✓• Pizarras digitales LiveBoard: Para ejercicios interactivos y presentaciones visuales en tiempo real.
- ✓• Debates anónimos: Ofrece espacios para que los estudiantes expresen sus ideas sin temor a ser juzgados.

Recursos educativos

- ❖• Videos educativos de YouTube: Ofrecen recursos visuales para complementar el conocimiento académico.
- ❖• Recursos bibliográficos en línea disponibles a través de libros digitales y bibliotecas virtuales.
- ❖• Simulaciones y realidad virtual: Para desarrollar entornos de aprendizaje inmersivos.

- ❖• Manuales de dinámica: Documentos que proporcionan métodos para fomentar la comunicación y el trabajo en equipo.

- ❖• Plantillas de Google Slides y Canva: Recursos prediseñados que facilitan la creación de materiales didácticos.

5.1.1. Recursos y aplicaciones en línea

Las aplicaciones y los recursos digitales son herramientas tecnológicas (software, plataformas, aplicaciones móviles) que facilitan el acceso mundial a la información y la interacción, a la vez que apoyan la comunicación, el aprendizaje y la productividad. Estos incluyen tecnología de IA, redes sociales y plataformas educativas, todas ellas esenciales para la enseñanza, el diseño y la gestión del tiempo.

Tipos clave e ilustraciones

Instrucción y educación:

- ❖• Kahoot: Creación de juegos y pruebas interactivas para entornos de aprendizaje.

- ❖• Duolingo: Aplicación para aprender idiomas.

- ❖ Khan Academy: Recursos educativos sobre diversas materias.

❖• Quizlet: Herramienta de estudio con tarjetas didácticas y juegos.

❖• Photomath: Técnica para resolver problemas matemáticos.

Eficiencia y administración:

❖• Google Workspace (Classroom, Docs): Gestión de tareas y trabajo en equipo.

❖• Canva: Diseño gráfico para materiales educativos y presentaciones.

❖• Evernote: Para tomar notas y organizar datos.

❖• Trello/Teams: Comunicación y gestión de proyectos.

Análisis e información:

❖• ChatGPT: Inteligencia artificial para acceso personalizado a la información.

❖• YouTube: Plataforma de vídeos educativos. •
Pinterest: Motor de búsqueda de ideas innovador y creativo.

❖• Materiales de vídeo: En general, para crear presentaciones y contenido interactivo.

Los libros digitales y los podcasts son recursos para la lectura y la escucha activa.

Ventajas de la información digital

- ✧• Interactividad: Promueve una mayor participación del alumnado.
- ✧• Personalización: Adapta el material a las necesidades de cada estudiante.
- ✧• Accesibilidad: Permite acceder a la información desde cualquier lugar.
- ✧• Motivación: Resulta más interesante cuando se incorporan elementos de gamificación.

Aplicaciones para dispositivos móviles

- ✧• Nativas: Diseñadas para un sistema operativo específico (iOS/Android).
- ✧• Híbridas: Combinan funcionalidades de aplicaciones nativas y web.
- ✧• Las aplicaciones web funcionan mediante un navegador web.

Estas tecnologías son esenciales en el mundo actual para mejorar el desarrollo de habilidades y optimizar los procedimientos tanto en el ámbito profesional como en el educativo.

Situar al estudiante en el centro del proceso de aprendizaje un rol que suele ocupar el docente es un sello distintivo del cambio metodológico que se está produciendo. El desarrollo de tecnologías

como los dispositivos móviles ha facilitado la puesta en práctica de esta teoría. Este cambio es necesario para garantizar que En lugar de simplemente preservar las técnicas de enseñanza tradicionales, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el aula transforma radicalmente el paradigma educativo.

Es importante destacar que la llegada de las nuevas tecnologías ha dado lugar a un nuevo método de enseñanza para los niños. Comprender cómo aprenden las personas, especialmente en la escuela primaria, identificar sus intereses algo fundamental y aprovechar todos los recursos humanos y tecnológicos disponibles son, por lo tanto, las prioridades clave. Esto implica, entre otras cosas, documentar y evaluar el uso de plataformas y tecnologías digitales para la enseñanza de las matemáticas, con el fin de mejorar el rendimiento en esta materia.

Los dispositivos móviles son instrumentos cruciales que facilitan el cambio metodológico necesario para el desarrollo de las inteligencias múltiples. El término “aprendizaje móvil” se utilizó por primera vez hace aproximadamente diez años. Este método de trabajo permite tanto el trabajo individual como el grupal con diferentes grados de responsabilidad y profundidad. Esto posibilita que los docentes evalúen a los alumnos de maneras completamente distintas,

lo que conduce a una evaluación más exhaustiva y precisa de sus logros. Es fundamental evaluar la eficacia de la gestión del conocimiento asistida por dispositivos móviles en la educación infantil y ofrecer recomendaciones para su implementación desde la perspectiva del aprendizaje semipresencial.

Funciones de gamificación en aplicaciones de productividad

Aplicaciones como Todoist Karma, Habitica y Forest convierten la gestión de tareas en un juego. Por ejemplo, en Habitica puedes crear un avatar, ganar puntos y progresar completando actividades y hábitos de la vida real. Forest es ideal para reducir las distracciones y mejorar la atención, ya que cultiva un árbol virtual que recompensa la concentración.

Mediante la gestión del tiempo, el seguimiento visual del progreso y las recompensas, estas estrategias mejoran las funciones ejecutivas y disminuyen la procrastinación. En The ADHD Centre, conocer las necesidades únicas de cada paciente es nuestra prioridad. Este tipo de aplicaciones se suelen recomendar como parte de un enfoque terapéutico integral, especialmente para adultos y adolescentes con horarios laborales exigentes.

Juegos educativos para niños y adolescentes

Los juegos que combinan diversión y aprendizaje son beneficiosos para los usuarios más jóvenes con

TDAH. Lumosity, Khan Academy Kids y Adventure Academy son solo algunas de las aplicaciones que mantienen a los niños entretenidos mientras aprenden importantes habilidades cognitivas y académicas.

Los mejores juegos tienen características que resultan atractivas para las personas con TDAH, como el seguimiento visible del progreso, niveles desbloqueables y retroalimentación inmediata. Para los niños que tienen dificultades para concentrarse o motivarse en el aula tradicional, estos juegos pueden usarse en casa o ser recomendados por los profesores como apoyo al aprendizaje.

Crea tu propio sistema de gamificación.

Si bien las aplicaciones son útiles, muchas familias y personas obtienen buenos resultados con métodos sencillos adaptados a sus necesidades. Algunos ejemplos son:

- Tablas de pegatinas para niños
- Premios semanales mediante sistemas de puntos
- Paneles de control diarios para monitorear rutinas como la hora de acostarse, las tareas del hogar y el tiempo sin pantallas.

La retroalimentación inmediata, la visibilidad y la constancia son fundamentales. Para motivarte, solo necesitas un método que establezca una relación

alcanzable entre la acción y la recompensa. No necesitas una aplicación.

5.1.2. Herramientas tecnológicas adecuadas

Hoy en día, la tecnología es un elemento integral de la vida cotidiana. De esta manera, la tecnología educativa fomenta el aprendizaje creativo y autónomo en los estudiantes mediante un vocabulario que facilita su interacción. Con el uso de la tecnología en el aula, los educadores deben idear técnicas innovadoras de enseñanza y aprendizaje para ayudar a los estudiantes a desarrollar una mayor habilidad en el uso de las tecnologías de la información para el pensamiento crítico.

Dado que la innovación tecnológica en las tecnologías de la información y la comunicación es uno de los procesos más dinámicos y de rápida evolución en el mundo globalizado, el propósito de este ensayo fue ilustrar cómo el uso de herramientas tecnológicas puede mejorar la calidad de la educación. El estudio demostró eficazmente cómo el uso de la tecnología para motivar e inspirar a los estudiantes promueve un aprendizaje efectivo.

La ampliación del proceso de enseñanza, propiciada por el uso de la tecnología en las estrategias didácticas, enriquece la oferta educativa. Sin embargo, sin un marco teórico y metodológico que apoye el proceso de enseñanza, la tecnología por

sí sola no puede tener un impacto en el aprendizaje.

Las TIC se utilizan tanto en el proceso educativo como en las tareas diarias de los docentes debido a la necesidad de modernizar las técnicas de enseñanza. El hecho de que algunos docentes hayan creado una brecha digital al aislarse de las mejoras tecnológicas cobra cada vez más importancia. Esto implica que los estudiantes no están dispuestos a comprender los fundamentos de este recurso aparentemente esencial, incluso cuando son conscientes de los beneficios de utilizar la tecnología a través de herramientas tecnológicas. La brecha entre quienes utilizan las TIC y quienes no desean aprender nuevas tecnologías por considerarlas innecesarias es cada vez mayor. A medida que los cursos en línea, las plataformas virtuales y el software educativo adquieren nuevos roles en la enseñanza y el aprendizaje, las TIC se vuelven cada vez más frecuentes en la educación. Estos contribuyen a superar las barreras.

Para fomentar el cambio y abordar los problemas educativos actuales del país, se integra la tecnología educativa en el proceso de enseñanza. Con el fin de aplicar paradigmas didácticos e innovar en la enseñanza, todas las herramientas técnicas y el lenguaje utilizados en educación deben ser aplicables a las prácticas docentes en el aula. Docentes, estudiantes y medios tecnológicos pueden

interactuar a través de la tecnología educativa, lo que facilita el aprendizaje de los estudiantes. Mediante el uso de imágenes estáticas o interactivas y presentaciones electrónicas que promueven la autonomía y el desarrollo del conocimiento estudiantil, las herramientas tecnológicas ayudan a los estudiantes a comprender el material curricular.

5.2. Storytelling pedagógico

La práctica de enseñar mediante relatos organizados, diseñados para conectar emocionalmente con los estudiantes e impulsar su motivación, participación y retención del material, se conoce como narración de cuentos. Al transformar conceptos abstractos en historias relevantes, este método fomenta la comprensión, el aprendizaje activo y la empatía. La narración de cuentos es un arte que recientemente ha demostrado una gran eficacia en diversos ámbitos, como la política, los negocios, la publicidad y la educación, a pesar de no ser una técnica novedosa. Si se prioriza la educación y se presentan los relatos de forma atractiva y apasionada, los estudiantes desarrollarán una actitud positiva hacia el aprendizaje, se sentirán más motivados y se animarán a abordar la literatura con creatividad.

El primer punto crucial, es fundamental tener en cuenta las preferencias e intereses de los alumnos. Es decisivo establecer una conexión con ellos, y si el relato es lo suficientemente interesante como para

captar su atención, se logrará. La incorporación de recursos extralingüísticos, como música o dibujos, es un complemento perfecto que permite adaptarse a diversos estilos de aprendizaje. La narración deberá ajustarse a la edad y capacidad cognitiva de los alumnos, aunque este recurso resulta útil para todos los niveles.

El momento previo a la narración es crucial. Es fundamental tener en cuenta al público, a los alumnos, sus preferencias e intereses. Si el relato resulta lo suficientemente interesante como para captar su atención, será posible conectar con ellos, lo cual es esencial. La incorporación de materiales extralingüísticos, como música o dibujos, es un complemento perfecto que permite una excelente adaptación a diversos estilos de aprendizaje. La narración deberá modificarse para ajustarse a la edad y capacidad cognitiva de los alumnos, aunque este recurso resulta útil para todos los niveles.

Características y ventajas de la narrativa en la educación:

- **Compromiso emocional:** Capta la atención al despertar emociones, lo que facilita la memorización del conocimiento.
- **Aprendizaje significativo:** Hace que materias como física, literatura e historia sean relevantes y significativas para los estudiantes al contextualizarlas.

- Versatilidad: Se puede utilizar tanto en formato oral como digital (vídeos, animaciones) y se adapta a diversos grupos de edad y temas.
- Fomentar la empatía: Los estudiantes pueden comprender otros puntos de vista y creencias a través de los personajes.

Cómo usar la narración didáctica:

1. Conoce a tu público: Adapta la narración a los intereses y la edad de los niños.
2. Expresa claramente el concepto o valor que deseas transmitir, definiendo el objetivo de aprendizaje.
3. Establece el conflicto y la trama: Desarrolla una estructura narrativa intrigante con un principio, un desarrollo y un final.
4. Utiliza recursos narrativos: Usa tu voz, gestos e incluso elementos audiovisuales (música, imágenes) para captar la atención del público.
5. Reflexiones finales: Conecta la narración con la lección y los criterios de evaluación.



CAPÍTULO



CAPÍTULO VI

EL ROL DE LA FAMILIA EN LA PARTIDA



El papel fundamental de la familia, pilar de la sociedad, es proteger, nutrir, educar y cuidar a sus miembros en un entorno de amor y principios morales. Es el primer entorno donde los niños se socializan, se transmiten la cultura y las costumbres, y se garantiza su desarrollo integral, estabilidad emocional y bienestar. Los deberes y funciones principales de la familia son:

- **Socialización y educación:** Durante esta etapa, las personas aprenden valores morales, normas sociales y habilidades esenciales para la vida.
- **Desarrollo emocional:** Ofrece el amor, la seguridad y el entorno emocional necesarios para un desarrollo psicológico adecuado.
- **Protección y cuidado:** Asegura que todos sus miembros, especialmente los más vulnerables, sobrevivan, se alimenten y estén a salvo.
- **Identidad y pertenencia:** Crea un sentimiento de identidad y ofrece un refugio de aceptación incondicional.

Organización y Desarrollo:

La familia contemporánea, que abarca diversas configuraciones familiares, se caracteriza más por los lazos de amor, compromiso, cercanía y reciprocidad que por tareas convencionales como el cuidado parental, la alimentación y la educación. La base

de una sociedad armoniosa y sana reside en este núcleo, compuesto por lazos de amor, respeto y afecto. En este artículo, analizaremos cómo la familia influye significativamente en el desarrollo de los principios morales y en el fomento de un estado emocional positivo. Ante todo, es fundamental comprender que la educación en valores comienza al nacer. Dado que sienta las bases para el desarrollo del carácter, los primeros años de vida de un niño son vitales para su crecimiento.

A través de sus acciones cotidianas, los padres y tutores sirven de modelo para los niños, influyendo en sus actitudes y comportamientos. Por lo tanto, la constancia, la paciencia y el ejemplo son las herramientas más importantes en este proceso educativo. La familia también ofrece un apoyo emocional esencial. En momentos difíciles o de incertidumbre, los miembros de la familia deben sentirse comprendidos y apoyados en casa. La base de este ambiente de seguridad emocional es la comunicación abierta y la empatía. Estas actividades fomentan la resiliencia y la autoconfianza, dos cualidades fundamentales para la salud mental de todos.

Pero la familia también es un factor fundamental en la socialización. En ella, los niños aprenden sus primeras normas sociales y cómo tratar a los demás con respeto. Es esencial que reciban esta enseñanza

temprana para que puedan desarrollar relaciones sanas fuera del hogar. Principios como la tolerancia, el respeto por la diversidad y la colaboración se fomentan en este entorno. La familia es crucial para el tratamiento del TDAH en niños, ya que es la principal fuente de estructura, apoyo y control emocional. Para mejorar la relación y la autoestima del niño, deben informarse sobre el trastorno, establecer rutinas claras, promover una buena disciplina y mantener una comunicación abierta.

Acciones familiares importantes:

- Educación y terapia: El tratamiento eficaz del TDAH depende de la comprensión del trastorno y del cumplimiento de las pautas médicas y terapéuticas.
- Rutina y estructura: El estrés y el desorden en el hogar se pueden reducir estableciendo horarios regulares para comer, estudiar y levantarse.

Refuerzo positivo: Para aumentar la motivación, evite las críticas constantes y, en cambio, enfatice los logros y las cualidades.

Entorno emocional seguro: Dado que los niños con TDAH suelen ser extremadamente sensibles, muestre empatía y mantenga la calma en situaciones estresantes.

Cooperación entre la escuela y el hogar: Manténgase en contacto regularmente con los educadores para

hablar sobre estrategias de apoyo.

Tiempo de calidad: Dedique tiempo cada día a actividades de ocio o relajación que no estén relacionadas con las medidas terapéuticas.

Reacciones de los niños al TDAH

Los niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) tienen dificultades para concentrarse y son más impulsivos y enérgicos de lo normal para su edad. Les resulta más difícil aprender las habilidades necesarias para regular su atención, comportamiento, emociones y actividades. Por ello, con frecuencia se comportan de maneras que a los padres les cuesta controlar.

Por ejemplo, los niños con TDAH pueden tener dificultades para concentrarse, lo que puede provocar:

- Distracción o falta de atención
- Falta de interés en escuchar
- Dificultad para concentrarse
- No seguir correctamente las instrucciones
- Necesidad de ayuda para completar las tareas
- Parecen esforzarse poco en sus tareas escolares.

Dificultad para organizarse.

Los niños con TDAH pueden presentar las siguientes conductas debido a su hiperactividad:

- Cuando es momento de jugar tranquilamente, trepan, saltan o hacen mucho ruido.
- Se mueven constantemente y parecen incapaces de quedarse quietos.
- Realizan las tareas rápidamente en lugar de despacio.
- Cometen errores por negligencia.
- Se mueven mucho.

Los niños con TDAH pueden, debido a su impulsividad:

- ✓ Te interrumpen constantemente.
- ✓ Hablan rápido.
- ✓ Actúan por impulso.
- ✓ A pesar de saber que algo está mal, lo siguen haciendo.
- ✓ Les cuesta compartir, esperar y respetar los turnos.
- ✓ Muestran signos de impaciencia, arrebatos emocionales o falta de autocontrol.

Al principio, los padres podrían no identificar estos comportamientos como parte del TDAH. El

niño podría parecer que simplemente se porta mal. El estrés, la irritación y la sensación de falta de respeto son comunes entre los padres de niños con TDAH. Podrían sentir vergüenza por las acciones de su hijo y por lo que piensen los demás. Podrían cuestionarse su propia responsabilidad. Sin embargo, las habilidades que permiten a los niños con TDAH regular su atención, comportamiento y actividad no se desarrollan de forma natural. Los padres pueden apoyar el crecimiento y desarrollo de sus hijos informándose sobre el TDAH y las mejores estrategias.

Tan crucial como cualquier otro aspecto del tratamiento del TDAH es la educación en el hogar y la crianza. El TDAH puede mejorar o empeorar según la reacción de los padres. Si a su hijo le han diagnosticado TDAH: Manténgase activo. Infórmese lo más posible sobre el TDAH. Siga el tratamiento que le recomiende su médico. Asista a todas sus citas médicas y de tratamiento programadas. Si su hijo toma medicamentos para el TDAH, adminístrelos en los horarios indicados por su médico. No modifique la dosis sin antes consultar con su médico. Guarde todos los medicamentos recetados en un lugar seguro e inaccesible para otras personas.

Descubra cómo su hijo tiene TDAH. Cada niño es único. Determine las dificultades que su hijo tiene como resultado del TDAH. Algunos niños

necesitan trabajar en sus habilidades de escucha y concentración. Otros deben desarrollar habilidades para autorregularse. Pida consejo a su terapeuta sobre cómo ayudar a su hijo a practicar y mejorar. Un paso a la vez, concéntrese en la educación de su hijo. Evite intentar hacerlo todo a la vez. Comience con cosas pequeñas. Concéntrese en una sola cosa. Reconozca el esfuerzo de su hijo.

6.1. La Educación no termina al salir del aula

La importancia de los entornos de aprendizaje fuera del aula está en aumento, ya que ofrecen un enfoque alternativo a las asignaturas académicas y promueven un aprendizaje significativo. Esto permite a los alumnos interactuar con la realidad en un contexto particular y abordar la información a través del arte, la cultura, las experiencias personales, la apreciación y la indagación. En otras palabras, va más allá de la instrucción en el aula al crear entornos que facilitan el aprendizaje y la estructuración mediante la interacción, la creatividad y la observación. Además, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) facilita el aprendizaje activo al establecer espacios donde los estudiantes pueden participar en la creación de conocimiento mediante el uso de herramientas y programas tecnológicos que los exponen a métodos alternativos de aprendizaje y gestión de la información fuera del aula convencional.

La educación es un proceso continuo que se desarrolla fuera del aula, conformando un «ecosistema» de aprendizaje basado en la experiencia, la curiosidad y la acción cotidiana. Al considerar el crecimiento intelectual, emocional y social de cada individuo a lo largo de su vida, esta perspectiva fomenta el pensamiento crítico y la empatía. Hablar de entornos de aprendizaje y cómo influyen en el proceso de enseñanza-aprendizaje va más allá de describir un espacio físico o un ambiente determinado. Según Andere (2023), en una conferencia impartida en la Ciudad de México, un entorno de aprendizaje debe considerar los diversos elementos necesarios para lograr un aprendizaje sólido y significativo. Un entorno de aprendizaje sólido, en opinión de Andere, es aquel cuidadosamente planificado con los objetivos de aprendizaje previstos en mente y que promueve la introspección sobre las capacidades de niños, adolescentes y jóvenes.

Las sensaciones se transmiten a través del entorno. Esto es fundamental para comprender las interacciones, preferencias, hábitos y formas de relacionarse entre las personas. Su importancia es tal que puede revelar aspectos de la personalidad. Lo mismo ocurre en el ámbito educativo, que tiene el poder de moldear las relaciones, la agrupación y los estilos de comunicación de los niños. Además, refleja el tipo de actividades que se realizan en el aula y los intereses tanto de docentes como de

alumnos.

Aspectos importantes del aprendizaje fuera del aula incluyen:

- Aprendizaje experiencial: Principios como la empatía y el respeto, y la oportunidad de experimentar el mundo real se hacen posibles a través de excursiones escolares, salidas de campo, visitas a museos e interacciones con la naturaleza.
- Desarrollo integral: Va más allá de la mera memorización de material académico para formar personas competentes, críticas y seguras de sí mismas.
- Aprendizaje a lo largo de la vida: La educación es un proceso continuo que no culmina con un título ni se limita a la infancia.
- Entornos de aprendizaje: Las interacciones sociales, el hogar y la comunidad son entornos esenciales donde se consolidan la identidad y la visión del mundo.

6.1.1. Gamificación en casa

Para fomentar el trabajo en equipo, la motivación y el disfrute, la gamificación en casa combina principios de juego (objetivos, desafíos y recompensas) con tareas cotidianas, transformando tareas como limpiar o estudiar en aventuras. Para originar el aprendizaje y la emancipación sin abusar de la

tecnología, implica crear tableros de misiones y usar pegatinas, avatares o aplicaciones para ganar puntos y recompensas. Los profesores suelen estar desconcertados por la falta de entusiasmo e interés de los alumnos en clase; por otro lado, los alumnos desearían tener más horas para interactuar, comunicarse y compartir a través de sus dispositivos, aplicaciones y videojuegos favoritos.

Las aulas y las instituciones educativas ya emplean la gamificación. Este enfoque utiliza juegos para motivar e instruir. Es una estrategia de enseñanza que emplea la dinámica del juego en contextos profesionales, educativos e industriales. Entre sus numerosos objetivos y beneficios se incluyen el aprendizaje, la mejora de las habilidades mentales y físicas, el fomento de la creatividad y el dinamismo, y un sistema de recompensas o puntuación sencillo. Debido a su estrecha relación con las tecnologías de la comunicación y la información, esta tecnología ha ganado popularidad recientemente.

El objetivo principal es maximizar las habilidades mediante la experimentación y el juego. Jugar y tener experiencias personales son formas más sencillas de aprender. Este aprendizaje puede adoptar diversas formas, pero debe ser útil y tener un propósito. Además, busca compensar y optimizar las acciones cuando, con frecuencia, la estrategia elegida es la del juego.

Es un componente divertido que crea una buena experiencia al fomentar y facilitar la asimilación de información y material de una manera más amena y dinámica. Además, es una oportunidad fantástica para practicar cualidades como la motivación, el esfuerzo y el trabajo en equipo en cualquier contexto. Este enfoque es eficaz porque anima a los niños a trabajar y aprender. Sobre todo, estimula su deseo de superación. Se emplean diversas estrategias dinámicas y mecánicas inspiradas en los juegos.

Es importante recordar que la gamificación no consiste en crear un juego, sino en utilizar los sistemas de puntuación, recompensa y objetivos propios de los juegos e incorporarlos a la educación, tanto en casa como en el aula. Crear experiencias gratificantes con elementos de juego se conoce como gamificación. Estos elementos pueden adoptar diversas formas, como sistemas que muestran el progreso y permiten ver cómo se sube de nivel, la recolección de objetos, el descubrimiento de historias secretas al aprender cosas nuevas o la personalización de ciertas funciones.

Con frecuencia, las medallas, los rangos o los puntos son los únicos premios que se otorgan. Sin embargo, dado que la motivación disminuye en ausencia de una experiencia significativa, este enfoque es extremadamente simple y puede hacernos perder

de vista que la experiencia en sí misma es lo que más importa. Casi todos los aspectos de la actividad humana se ven afectados por la revolución de las tecnologías de la información, que ha alterado drásticamente los protocolos de comunicación, las plataformas para compartir información y los estilos de vida. En lo que respecta a los métodos convencionales de enseñanza y aprendizaje en el aula, esto ha acelerado la brecha generacional. Además, al proporcionar un aprendizaje acorde con sus expectativas, preferencias e intereses, les ayudará a aumentar su grado de implicación y participación. La gamificación es una de estas técnicas. Esta página contiene la información principal.

Ideas útiles para gamificar tu hogar:

- **Misiones rutinarias:** Crea un sistema de puntos con premios al final de la semana por tareas cotidianas como recoger los juguetes, hacer la cama y sacar la basura.
- **Búsqueda del tesoro:** En lugar de ordenar sus habitaciones, los niños deben encontrar “tesoros” (objetos perdidos) y guardarlos con anticipación.
- **Concurso de cocina:** Asigna tareas y premia la creatividad o la higiene para convertir la preparación de la comida en una actividad culinaria.

- Uso de aplicaciones: Mothershop puede usarse para registrar tareas y otorgar puntos, mientras que Kahoot puede usarse para crear cuestionarios familiares para repasar temas académicos.
- Búsqueda del tesoro: En lugar de limpiar sus habitaciones, los niños deben encontrar “tesoros” (objetos perdidos) y guardarlos con anticipación.
- Concurso de cocina: Convierte la preparación de la cena en una actividad culinaria asignando roles y calificando la creatividad o la higiene.
- Uso de aplicaciones: Kahoot puede usarse para crear cuestionarios familiares para repasar temas académicos, mientras que Mothershop puede usarse para registrar tareas y otorgar puntos.
- Programa de recompensas: Vayamos al grano. Analicemos las actividades o eventos que disfrutamos después de leer.
- Ver nuestro propio desarrollo en la narrativa: Una de las ventajas de los libros en papel es que podemos observar nuestro progreso, algo que a veces se pierde con los libros digitales. Esa sensación de avance nos inspira a seguir leyendo.
- Imaginar los escenarios y los personajes: Un componente clave del disfrute de la lectura es imaginar los escenarios donde se desarrollan los eventos y los personajes que aparecen. Por eso,

mucha gente se muestra escéptica al ver una película basada en un libro que les encantó.

- Leer o escribir otras historias sobre los mismos personajes: Nos gustan los libros y sagas “no oficiales” escritos por fans porque nos permiten explorar y crear nuestras propias historias.
- Participar en las actividades que se mencionan en las historias: A muchas personas les gusta revivir su amor por un libro disfrazándose de sus personajes favoritos, preparando recetas de los platos descritos o recreando eventos conocidos.
- Revelación de detalles no mencionados en la trama principal: El autor suele revelar detalles o elementos secretos de la novela. Esto permite la creación de historias derivadas o la incorporación de nuevas narrativas al universo del libro, manteniendo así el interés del lector.

En la gamificación en el hogar para niños con TDAH, se utilizan principios de juego como puntos, niveles, recompensas instantáneas y retroalimentación visual para aumentar la motivación, mejorar la concentración y organizar las rutinas. Debe ser positivo, constante y estar basado en objetivos inmediatos.

Técnicas importantes de gamificación en casa:

- Sistemas de recompensas visuales: Usa fichas,

puntos o tablas de pegatinas para incentivar la realización de tareas cotidianas (limpieza, higiene, tareas escolares).

- **Temporizadores visibles:** Para facilitar la gestión del tiempo, establece pequeños límites de tiempo y haz que el tiempo sea más tangible usando temporizadores.
- **Misiones y desafíos:** Convierte las tareas tediosas en “búsquedas del tesoro” o “misiones”. Por ejemplo: “Misión: Limpia tu habitación en 10 minutos”.
- **Recompensas inmediatas:** Tras alcanzar un objetivo, proporciona un refuerzo positivo instantáneo, como más tiempo frente a la pantalla, la posibilidad de ver una película en familia o elogios específicos.

Juegos recomendados para mejorar habilidades:

- Los juegos de encontrar las diferencias, los rompecabezas y los juegos de construcción mejoran la memoria y la concentración.
- Simón dice, el ahorcado y los juegos de mesa rápidos como Pensamiento rápido son ejemplos de juegos que ayudan a controlar los impulsos.

- Autocontrol: Puedes controlar tu impaciencia esperando y respetando los turnos durante los juegos.

6.1.2. Mecánicas de juego para evitar el conflicto

Las reglas de los juegos para evitar conflictos transforman las discusiones en oportunidades educativas al fomentar la cooperación, la empatía y la comunicación positiva. Algunos ejemplos importantes son los juegos de rol que simulan puntos de vista opuestos para promover la empatía, las actividades cooperativas donde el éxito depende de la colaboración (como «la manta» o «sobrevivir en el desierto») y los ejercicios de mediación («el árbitro» o la intervención del mediador). Estas técnicas fomentan la negociación de soluciones beneficiosas para todos y el autocontrol emocional.

Mecanismos importantes para prevenir y resolver conflictos:

- Juego de roles y simulación: Los participantes representan escenarios de conflicto, como dos amigos que buscan lo mismo, para evaluar diferentes puntos de vista y resolver disputas amistosamente.
- Mediación y arbitraje: Una persona actúa como mediador, escuchando a ambas partes y buscando puntos en común para fomentar la empatía y la escucha activa.

- Las reglas de los juegos para evitar conflictos enfatizan la cooperación, la empatía y la comunicación positiva, convirtiendo las discusiones en oportunidades de aprendizaje. El juego de roles (imaginar puntos de vista opuestos para fomentar la empatía), los juegos cooperativos donde el éxito depende de la colaboración (como “la manta” o la supervivencia en el desierto) y las dinámicas de mediación (“el árbitro” o la intervención del mediador) son algunos ejemplos significativos. Estas técnicas fomentan la negociación de soluciones beneficiosas para todos y el autocontrol emocional.

Mecanismos importantes para prevenir y resolver conflictos:

- Juego de roles y simulación: Los participantes representan escenarios de conflicto, como dos amigos que buscan lo mismo, para evaluar diferentes puntos de vista y resolver disputas amistosamente.
- Mediación y arbitraje: Una persona actúa como mediador, escuchando a ambas partes y buscando puntos en común para fomentar la empatía y la escucha activa.

Estas actividades tienen los siguientes objetivos:

- Fomentar la empatía defendiendo puntos de vista opuestos.
- Mejorar la capacidad de toma de decisiones en

equipo.

- Promover un diálogo civilizado y constructivo.

Las habilidades para la resolución de conflictos son cruciales en diversas situaciones, tanto personales como profesionales. Se basan en la idea de que la falta de comunicación, una distribución desigual de los recursos y otros factores suelen ser la causa de diferencias de opinión que, en principio, no son irreconciliables. Este enfoque, que incluye reconocer, afrontar y resolver con éxito los problemas, es esencial para mantener relaciones sanas y un ambiente de tranquilidad.

Los siguientes ámbitos constituyen las principales aplicaciones de la resolución de conflictos:

1. El entorno laboral

Los desacuerdos, la rivalidad por los recursos y la falta de comunicación entre compañeros son solo algunas de las causas de los conflictos en el trabajo. En estas situaciones, la clave para resolverlos reside en alcanzar acuerdos mutuamente beneficiosos mediante el diálogo, la mediación y la comunicación honesta. Esto mejora la moral y la productividad del equipo, a la vez que fortalece los lazos interpersonales.

2. Relaciones individuales y familiares

Los conflictos familiares son frecuentes y pueden incluir discusiones entre parejas, problemas entre padres e hijos o altercados entre hermanos. Las técnicas de resolución de conflictos en este ámbito incluyen la mediación familiar, la terapia y la comunicación efectiva para resolver desacuerdos y fortalecer los lazos familiares. El objetivo es promover un ambiente de respeto y comprensión.

3. Entornos académicos

En colegios y universidades, pueden surgir conflictos entre estudiantes, entre estudiantes y profesores, o entre el personal administrativo. Los objetivos principales de la resolución de conflictos en la educación son enseñar a los jóvenes habilidades para la gestión de conflictos, mediar en disputas entre las partes y proporcionar procedimientos claros para la resolución de conflictos. Esto contribuye a crear un entorno de aprendizaje seguro y estimulante.

4. Ámbito jurídico

En la profesión jurídica, la resolución de conflictos se utiliza para solucionar disputas sin litigios costosos y prolongados. Técnicas como la mediación, el arbitraje y la negociación son esenciales para evitar

el sistema judicial y alcanzar acuerdos mutuamente satisfactorios.

Sociedades y comunidades

A nivel comunitario y social, la resolución de conflictos también se utiliza para abordar problemas como conflictos vecinales, desacuerdos entre grupos sociales o étnicos.

6.1.2. Comunicación Escuela - Familia

Un componente clave del desarrollo integral de los niños y una relación que influye directamente en su rendimiento académico es la comunicación entre el hogar y la escuela. Canales de comunicación flexibles y bidireccionales, basados en la cooperación, el respeto y la empatía, son fundamentales para compartir información, resolver problemas y crear un ambiente seguro.

Componentes importantes de una comunicación eficaz:

- Canales ágiles: Utilice plataformas digitales, correo electrónico o calendarios escolares para una comunicación eficiente y bien organizada.
- Empatía y respeto: Priorice las necesidades de la familia y evite juzgar.
- Proactividad: La comunicación debe ser continua

y receptiva (a los problemas) para fortalecer el vínculo.

- Participación: Ofrezca oportunidades como seminarios, reuniones frecuentes y entrevistas individuales para fomentar la participación de los padres en el proceso educativo.

Beneficios de esta cooperación

- Mejor rendimiento académico: El potencial y la motivación de los estudiantes aumentan cuando mantienen una relación cercana.
- Desarrollo integral: Las necesidades sociales, emocionales y cognitivas de los estudiantes se satisfacen mediante la cooperación.
- Entorno seguro: Los estudiantes se motivan cuando existe coherencia entre el hogar y la escuela.

Métodos para fortalecer la conexión:

- Definir claramente los canales de comunicación: Elegir cómo, cuándo y por qué utilizar cada medio de comunicación.
- Organizar talleres para padres: Eventos de capacitación colaborativa donde familias y educadores debaten temas de interés común.
- Escucha activa: Utilizar técnicas de escucha como asentir con la cabeza, explicar y hacer preguntas para fomentar un ambiente de confianza.

6.2. Validación y paciencia

La paciencia y la afirmación son dos competencias emocionales cruciales que fomentan la confianza y reducen el estrés en la pareja. La validación reconoce y respeta los sentimientos de los demás sin juzgarlos, mientras que la paciencia es la capacidad activa de mantener la compostura y regular las emociones ante los desafíos. Combinadas, fortalecen y refuerzan los vínculos.

Componentes importantes de la validación y la paciencia

- ✓ Evitar el rechazo o la invalidación reconociendo que los sentimientos de los demás son reales, incluso si no se está de acuerdo con ellos, se conoce como validación emocional. Es una herramienta fundamental para mejorar las relaciones y la autoestima.
- ✓ Paciencia activa: Este enfoque proactivo combina el autocontrol y la perseverancia para esperar el momento oportuno, sin rendirse. En lugar de reaccionar impulsivamente, implica controlar la tensión y las emociones desagradables.
- ✓ Beneficios combinados: Cuando estas actitudes se combinan, mejoran la comunicación, disminuyen la hostilidad en situaciones difíciles (como al tratar con niños o personas mayores) y proporcionan un ambiente seguro que fomenta el autocontrol

emocional.

Se requiere empatía, rutinas definidas y refuerzo positivo para validar y ser paciente con los niños con TDAH. La confianza se desarrolla al reconocer sus sentimientos en lugar de juzgarlos "Veo que estás frustrado". Al reconocer que sus dificultades son neurológicas y no deliberadas, aplicar la regla de las 24 horas antes de responder y crear un ambiente propicio para sus logros, se puede desarrollar la paciencia.

Elementos esenciales de la validación emocional

- Escucha activa: Antes de abordar su comportamiento, reconozca y valide sus sentimientos. "Entiendo que estés molesto por tener que dejar de jugar, pero es hora de comer".
- Evite las etiquetas: Evite términos como "malo", "vago" o "desobediente". Lo que importa es el comportamiento, no el niño.
- Empatía ante la frustración: Reconozca que las tareas monótonas y las transiciones representan un desafío físico para ellos.
- Fomente la autoestima elogiando sus fortalezas y esfuerzo, en lugar de solo los resultados.

Técnicas de crianza basadas en la paciencia y el refuerzo positivo:

- Instrucciones breves: Da una instrucción clara y concisa a la vez.
- Refuerzo positivo inmediato: Recompensa el buen comportamiento al instante para fomentar que se repita.
- Estructura y rutinas: Mantén horarios consistentes para comer, limpiar y dormir.
- Según la regla 10/3, por cada diez minutos de trabajo, dedica tres minutos al ocio.
- Canaliza tu energía: Dedica tiempo a la actividad física regular para controlar la impulsividad y mejorar la concentración.

Autocuidado:

- Para compartir experiencias y reducir el estrés, busca apoyo en grupos de padres de niños con TDAH.
- Antes de intervenir, tómate el tiempo necesario para relajarte.



CAPÍTULO



CAPÍTULO VII

MAS ALLA DE LA VICTORIA



A menudo se percibe que los niños con TDAH tienen dificultades para concentrarse. Sin embargo, el comportamiento también es un problema importante a veces incluso más significativo para muchos de ellos y sus padres. Cuando se les pide que hagan algo que no quieren, pueden reaccionar con enojo, tener una rabieta o reaccionar de forma agresiva e inmediata. Aunque no son síntomas en sí mismos, la rebeldía y las rabietas suelen ser consecuencia del TDAH. Debido a su impulsividad y falta de concentración, a los niños con TDAH les puede resultar muy difícil aceptar tareas repetitivas, aburridas o agotadoras. Los niños con TDAH, que tienen más dificultades que otros niños de su edad para regular sus emociones intensas, pueden manifestar impulsividad lanzando un zapato, empujando a alguien o gritando “¡Cállate!”. Es necesario tener en cuenta el pasado del niño y cómo fue crecer con TDAH para comprender por qué los niños con TDAH a veces se enfurecen o actúan de forma violenta o terca.

Los niños con TDAH son más propensos a sentirse atraídos por actividades que se salen de nuestras expectativas, lo que puede causar problemas con los padres desde una edad temprana. “Estos niños pequeños no tienen malas intenciones”, continúa. No pueden permanecer sentados debido a las características hiperactivas e impulsivas del TDAH. Desean ver todo el restaurante. Cuando ven algo

interesante en el parque, quieren alejarse de nosotros. Están ansiosos por recorrer todo el restaurante. En el parque, quieren alejarse de los padres para investigar algo que les parezca interesante. Como resultado, de esto es que genera muchas interacciones desagradables. "O bien lo interiorizas y empiezas a pensar: 'Hay algo realmente malo en mí', o bien reaccionas agresivamente hacia quienes te dicen que lo que haces está mal si desde pequeño te dicen que tu comportamiento es incorrecto o no es propio de un niño." Es fundamental tener en cuenta el pasado del niño y cómo fue crecer con TDAH para comprender por qué los niños con TDAH a veces experimentan ira o actúan de forma violenta o obstinada. Según ella, los niños con TDAH tienden a sentirse atraídos por actividades que se salen de los límites de lo que esperamos de ellos, lo que puede provocar discusiones con los padres desde temprana edad. "Estos niños pequeños no tienen ninguna mala intención", continúa. No quieren quedarse sentados debido a las características hiperactivas e impulsivas del TDAH. Desean observar todo el restaurante. Cuando ven algo interesante en el parque, quieren alejarse de ti. Los padres pueden estresarse mucho como resultado de esto. Hay muchas interacciones desagradables como consecuencia. "Si se advierte desde temprano que tus acciones son inapropiadas o no son adecuadas para un niño pequeño.

Técnicas de disciplina que realmente funcionan

En comparación con los niños sin la enfermedad, los niños con TDAH frecuentemente necesitan más estructura e instrucciones claras sobre los tipos de comportamiento que los adultos les exigen. "Como padres, es nuestra responsabilidad ayudar a los niños a identificar comportamientos aceptables, enseñarles estos comportamientos y prestar tanta atención como podamos a cuando se portan bien". El comportamiento disruptivo tiende a empeorar cuando una relación está dominada por interacciones negativas, pero puede manejarse eficazmente con oportunidades para fortalecer el vínculo entre padres e hijos y elogiarlos. Los clínicos se refieren a esta estrategia proactiva como "andamiaje". Un entorno familiar que ofrezca regulación conductual externa es fundamental para los niños que tienen dificultades para controlar su comportamiento dentro de límites adecuados. El marco que los padres proporcionan a sus hijos les ayuda a mantenerse en el camino correcto mientras mejoran su autocontrol, al servirles de modelo de lo que queremos que aprendan.

Problemas de regulación emocional

La autorregulación es la capacidad de controlar los sentimientos y las acciones en respuesta a las circunstancias. Esto implica poder controlar las emociones intensas, especialmente ante estímulos

perturbadores; calmarse cuando uno está molesto; adaptarse a cambios en las expectativas; y manejar la irritación sin perder el control. Dado que la falta de autorregulación es tan frecuente en niños con TDAH, algunos expertos, incluido el reconocido investigador Russell Barkley, consideran que debería ser uno de los principales indicadores de este trastorno.

7.1. Indicador de éxitos

Entre los indicadores importantes del éxito infantil se incluyen la finalización temprana de las tareas domésticas (responsabilidad), el autocontrol emocional, la capacidad de concentración y el desarrollo de habilidades sociales como compartir y seguir las reglas. Estos atributos indican un mejor rendimiento académico a largo plazo, mayor flexibilidad y relaciones positivas. El concepto de calidad educativa es multifacético y abarca no solo el rendimiento académico de los estudiantes, sino también aspectos como la equidad, la eficacia, la relevancia y la idoneidad del sistema educativo. Para evaluar la calidad de la educación, es necesario examinar una serie de indicadores que proporcionen una visión integral del funcionamiento y los resultados de las instituciones educativas.

Aspectos importantes para el éxito en la infancia

■ Responsabilidad y tareas domésticas: Según

una investigación citada por [nombre del autor omitido], asignar tareas a niños en edad preescolar (y mayores) se relaciona con mejores calificaciones en matemáticas, mayor interacción social y mayor éxito y felicidad en la vida.

■ **Automotivación y disciplina:** La capacidad de resolver problemas o adquirir nuevas habilidades de forma independiente, sin supervisión constante, es esencial para el éxito futuro.

■ **Habilidades socioemocionales:** La capacidad de establecer buenas relaciones, la inteligencia emocional, el bienestar emocional y la seguridad son componentes esenciales para una vida feliz.

Hitos del desarrollo cognitivo y motor:

● **3-4 años:** Participan en juegos de rol, siguen instrucciones de dos o tres pasos y muestran un mejor control de esfínteres.

● **Cinco a seis años:** Escriben letras y números, identifican sus preferencias personales, demuestran capacidad de concentración durante cinco a diez minutos seguidos y saltan a la pata coja.

● **Educación y entorno:** El desarrollo del niño se ve muy influenciado por la calidad del entorno de aprendizaje temprano y la educación de los padres.

Indicadores importantes

1. Rendimiento académico del alumnado

Uno de los indicadores más utilizados para evaluar la calidad de la educación es el rendimiento académico. Este describe el desempeño del alumnado en materias importantes como ciencias, matemáticas y lectura. Para medir este indicador se utilizan exámenes estandarizados, tasas de aprobación y promoción, y los resultados de evaluaciones internacionales como el Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA).

2. Formación y competencias del profesorado

Un componente clave del éxito del sistema educativo es la calidad del profesorado. Este indicador evalúa la formación inicial y continua, la experiencia, la pericia pedagógica y la dedicación de los docentes. Para garantizar una enseñanza de alta calidad y mejorar los resultados académicos, es fundamental retener y desarrollar la experiencia docente.

3. Infraestructura y recursos para la educación

El acceso a recursos educativos suficientes, así como la disponibilidad y la calidad de las instalaciones escolares, son elementos que determinan la calidad de la educación. El estado de las instalaciones, el acceso a las TIC y la disponibilidad de recursos

educativos se incluyen en esta medida.

4. Ambiente y entorno de aprendizaje en las escuelas

Para que el aprendizaje sea efectivo, las escuelas deben ser seguras y brindar apoyo. Este indicador evalúa las percepciones de estudiantes y docentes sobre seguridad y bienestar, convivencia, disciplina y participación comunitaria.

5. Equidad y acceso a la educación

La igualdad de oportunidades para todos los estudiantes, independientemente de su situación económica, género, etnia o discapacidad, se denomina equidad en la educación. Este indicador examina la asignación de recursos.

6. Compromiso y participación en la comunidad

La participación de la comunidad y las familias en el proceso educativo es fundamental para elevar los estándares educativos. Este indicador evalúa la existencia de procedimientos de rendición de cuentas y transparencia, la participación de los padres en los eventos escolares y la colaboración con organizaciones locales. Por lo tanto, evaluar la calidad de la educación implica más que simplemente determinar "cuánto saben los estudiantes", sino también comprender cómo, cuándo y qué tipo de apoyo se brinda al aprendizaje. Mejorar la educación, identificar las necesidades

y tomar decisiones bien fundamentadas que fomenten entornos de aprendizaje más eficientes, justos e inspiradores son los objetivos finales.

Recursos e instrumentos para evaluar la calidad educativa

Para evaluar la calidad de la educación, es fundamental contar con herramientas válidas y confiables que permitan recopilar datos precisos y significativos. Entre las más utilizadas en los centros educativos se encuentran:

- Evaluaciones estandarizadas: exámenes externos como PISA, PIRLS o evaluaciones nacionales que permiten comparar los resultados entre escuelas o regiones.
- Listas de verificación y rúbricas: fomentan la evaluación formativa y son útiles para evaluar proyectos, habilidades o actividades específicas en el aula.
- Encuestas de satisfacción: se utilizan para obtener retroalimentación sobre la gestión, la comunicación y el ambiente escolar por parte de docentes, estudiantes y familias.
- Cuadernos de campo y portafolios: especialmente útiles en enfoques de aprendizaje activo o en educación infantil, permiten el seguimiento del progreso individual del estudiante. Los

procedimientos de reflexión interna que involucran al equipo directivo incluyen auditorías institucionales y autoevaluaciones.

7.1.1. La autoestima del pequeño gran jugador

La autoestima es la percepción de nuestro propio valor, nuestra identidad y el conjunto de características físicas, mentales y espirituales que definen nuestra personalidad. Puede mejorarse, modificarse y aprenderse. Tiene que ver con cómo la personalidad se desarrolla de forma integral en los ámbitos ideológico, psicológico, social y económico. Todas las personas poseen un sentido innato de valía personal; se trata de una construcción social que se desarrolla mediante la interacción con el mundo exterior, la interacción social y la experiencia, y que orienta las actividades corporales y mentales de todas las personas.

Es extremadamente importante para la educación de niños, adolescentes, jóvenes y adultos debido a su aspecto social y de desarrollo. La autoestima es dinámica, multifacética y multicausal; es decir, está continuamente influenciada por una variedad de factores. Desde la década de 1990, la autoestima ha surgido como una de las ideas fundamentales de la educación en el campo de la pedagogía científica debido al crecimiento de los enfoques pedagógicos cognitivos y humanistas a finales del siglo XX y el consiguiente énfasis en la personalidad,

el alumno y su proceso de aprendizaje. Esto se debe a que las dificultades en las relaciones interpersonales han aumentado en la era moderna como resultado de los enormes avances de la humanidad en la exploración espacial, la investigación atómica y molecular y la creación

La piedra angular invisible del desarrollo futbolístico y psicológico de un joven jugador es su autoestima. Mientras que un niño con baja autoestima suele mostrar ansiedad, miedo a cometer errores y se esconde durante el partido, un niño con alta autoestima juega con libertad en el campo, se arriesga y aprende de sus errores.

Fundamentos para aumentar su autoconfianza

- Celebrar el esfuerzo, no solo el éxito: Es importante valorar más la tenacidad y el esfuerzo que un rendimiento impecable o el resultado.
- Gestionar los errores: Demostrar a los niños que su valía y el amor de sus padres no se ven afectados por sus errores. Deben ver los errores como una oportunidad para crecer.
- Evitar la presión excesiva: La obsesión por ganar en las ligas infantiles perjudica el desarrollo de la habilidad y la diversión. Ganar el título no debe anteponerse al aprendizaje.
- Un ambiente positivo: Evita los mensajes negativos y

las comparaciones. En el campo, la crítica constante genera ansiedad y bloqueo.

- La función del entrenador: Un entrenador competente fomenta la autoestima de los jugadores y utiliza el juego para moldear su personalidad.

Síntomas de baja autoestima en atletas

Observar si el niño:

- Evita tareas o desafíos por miedo a fracasar.
- Se rinde fácilmente cuando se enoja.
- Muestra tensión y dolores como indicadores físicos de preocupación.
- En lugar de esforzarse por mejorar, se queja mucho.

Mejora de la autoestima en los estudiantes

La adaptabilidad es fundamental para el desarrollo personal. Es decisivo que tanto docentes como estudiantes sean conscientes de los cambios y estén dispuestos a realizarlos. Debido a que han desarrollado una serie de hábitos que los caracterizan, los adultos, en particular, se resisten al cambio y rechazan cualquier novedad que desafíe sus comportamientos establecidos. También creen que, debido a su edad, son incapaces de cambiar.

Sin embargo, deben superar una serie de malos hábitos que repercuten negativamente en su

propia salud y en la de los demás; comportamientos que dañan su reputación en la sociedad y socavan su visión positiva de los problemas sociales y su vida profesional. Algunos ejemplos de estos comportamientos son comer demasiado pan y grasa de cerdo, dormir en exceso, no ir al baño con frecuencia y ser autosuficiente, descortés, solitario o demasiado crítico. También pueden estar relacionados con la alimentación, la salud, la gestión del tiempo, el contacto social, las amistades, entre otros.

Todo profesor debería hacerse esta pregunta cada día: ¿Mi actitud y comportamiento ayudan o perjudican la autoestima de mis alumnos? Al responder, deben tener en cuenta que la autoestima es errática y puede fluctuar rápidamente antes de estabilizarse. También deben tener en cuenta que los niños pueden interpretar su comportamiento y sus instrucciones de manera diferente. Por ejemplo, Pepito, un niño de 10 años, ha vuelto del colegio con baja autoestima como resultado de tres pequeños incidentes: el profesor de ciencias le quitó la pelota; el delegado de la clase le escribió tres veces en su cuaderno por hablar, lo que afectará a su nota; y, por último, el profesor le puso nota de su trabajo individual, que había terminado él solo por primera vez, a pesar de que sus padres.

7.1.2. Filosofía de la enseñanza empática e inclusiva

El objetivo de la educación inclusiva es brindar oportunidades y entornos de aprendizaje equitativos para todos los estudiantes. Al trabajar con un alumnado diverso, es fundamental considerar los elementos básicos de la inclusión en la práctica docente. La empatía, que implica que los docentes sean conscientes de las necesidades de sus estudiantes, reconozcan sus propias emociones y las de los demás, y fomenten un ambiente que reconozca de forma respetuosa y creativa las fortalezas únicas de cada estudiante, es un componente clave para la creación de entornos inclusivos.

Para los niños superdotados, la integración social y académica en el entorno escolar suele verse obstaculizada. Es fundamental buscar programas que involucren a docentes y estudiantes para ayudar a los jóvenes talentosos a participar e integrarse eficazmente en la sociedad. El objetivo de este estudio es examinar la importancia de la empatía en las técnicas de enseñanza para la integración de estudiantes talentosos en la educación básica.

Todos los niños tienen derecho a una educación de excelencia en un entorno que celebre la diversidad, independientemente de sus habilidades, antecedentes o cualidades distintivas. Este es el

fundamento de la filosofía de enseñanza inclusiva y empática. Este método convierte el aula en un entorno enriquecedor donde la empatía la comprensión

A continuación, se detallan los principios fundamentales de esta estrategia:

1. Principios básicos

- ✧ Reconocimiento de la diversidad: En lugar de ser vista como un problema que debe resolverse, la diversidad se reconoce como una fortaleza que enriquece la educación de todos.
- ✧ Equidad, no igualdad: La idea de inclusión sostiene que, en lugar de tratar a todos por igual, cada persona debe tener la oportunidad de descubrir lo que necesita.
- ✧ Derechos humanos: El respeto a los derechos humanos es la piedra angular de la educación inclusiva, garantizando la participación de todos.

2. La empatía como herramienta pedagógica

- Perspectiva empática: Implica ponerse en el lugar del estudiante y, en lugar de juzgar su comportamiento, comprender sus dificultades (ruido, cambios de horario, exigencias de aprendizaje) con empatía.

- **Comunicación sincera:** Fomenta un diálogo real en el que el docente adapta su comunicación para asegurar que cada estudiante comprenda y se sienta comprendido.
- **Validación emocional:** Un docente comprensivo promueve la seguridad y la confianza al crear un ambiente donde los sentimientos de los alumnos son reconocidos y valorados.

3. Procedimientos en el aula

✧ **Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA):** En lugar de realizar modificaciones según sea necesario, se utilizan métodos como el DUA para adaptar la instrucción a la diversidad desde el principio.

✧ **Flexibilidad:** Para garantizar la coherencia entre lo que se enseña y cómo lo perciben los estudiantes con diversas necesidades educativas, el instructor utiliza un enfoque de comunicación y enseñanza flexible.

✧ **Evaluación de fortalezas:** Se centra en identificar y potenciar las habilidades distintivas de cada estudiante.

4. Los Principios de Inclusión

Cinco principios fundamentales sustentan la educación inclusiva:

1. **Igualdad:** Las oportunidades son iguales para

todos.

2. Participación: Todos participan y trabajan juntos para lograr sus objetivos.
3. Comunidad: Un sentimiento de aceptación.
4. Respeto a la diversidad: Valorar las diferencias.
5. Sostenibilidad: Iniciativas inclusivas continuas.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Acosta-Medina, J.K., Torres-Barreto, M. L., Álvarez-Melgarejo, M., & Paba-Medina, M. C. (2020). Gamification in the educational field: a bibliometric analysis. *I+D Revista de Investigaciones*, 15, 28-36

Aprendizaje Activo -Centro de Desarrollo Docente UC. (2023, June 6). Centro De Desarrollo Docente UC. <https://desarrollodocente.uc.cl/recursos/tematicas-docentes/aprendizaje-activo/>

Barkley, RA (2022). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: manual de diagnóstico y tratamiento. Prensa de Guilford.

Bauermestir, J. J. (2021). Hiperactivo, impulsivo, distraído: Me conoces. Guía acerca del TDAH para padres, maestros y profesionales(3ª ed.). Editorial Guilford Press.

Brock, S. E.y Knapp, P. K. (2020). Reading comprehension abilities of children with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Attention Disorder*, 1(2), 173-185. <https://doi.org/10.1177/108705479600100305>

BURKE, Brian. Gamificación (2020). ¿cuál es el futuro de la gamificación? Standford:Gartnet.

Bustamante, S. M. M. (2021). El aprendizaje cooperativo y sus implicancias en el proceso educativo del siglo XXI. *INNOVA Research Journal*,

6(2), 62–76. <https://doi.org/10.33890/innova.v6.n2.2021.1663>

Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2021). From game design elements to fun: Defining “gamification.” In Proceedings of the 15th International MindTrek Conference: Visualizing Future Media Environments (pp. 9-15)

Del Carmen Heredia-Sánchez, B., Pérez-Cruz, D., Cocón-Juárez, J. F., & Zavaleta-Carrillo, P. (2020). La Gamificación como Herramienta Tecnológica para el Aprendizaje en la Educación Superior. *Revista Docentes* 20, 9(2), 49-58. <https://doi.org/10.37843/rted.v9i2.144>

Educación de calidad | Agenda 2030 en América Latina y el Caribe. (2025, 18 marzo). <https://agenda2030lac.org/es/ods/4-educacion-de-calidad>

Erazo, G. Y. M., Sánchez, A. V. T., Lara, F. L., & Navas, C. D. H. (2023). La gamificación y su potencial para la disminución del estrés escolar: caso de una Institución de Educación General Básica ecuatoriana. *Revista Educación*. <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i2.53749>

Fundación Educacional Arauco. (2017). ¿Por qué Leer Bienes Importante? Asociación del Dominio Lector con Otros Aprendizajes. URL: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071822282007000200001&script=sci_

arttext

González-Rojas, Y., & Triana-Fierro, D. A. (2018). Actitudes de los docentes frente a la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales. <https://www.redalyc.org/journal/834/83460719002/html/>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Interamericana. Herrera-Castrillo, C. J. (2023). Metodología para el aprendizaje por competencias. *Electrónica De Conocimientos Saberes Y Prácticas*, 6(1), 77–90. <https://doi.org/10.5377/recsp.v6i1.16513>

Ley Orgánica de Educación Intercultural. LOEI (2023). Art. 157.