

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA**

**MONTEERRICO**

PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN DOCENTE



**ESTRATEGIAS DE EXPRESIÓN CORPORAL EN ESTUDIANTES CON  
TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD  
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER EN EDUCACIÓN**

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

ANCCO INGA, Yovana Silvia.

BENITO CCUNO, Gladis.

CASTRO ORIHUELA, Merlín Marcelo.

GOICOCHEA TERÁN, Laura Mercedes.

**ASESORA**

MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA. VALDERRAMA SILVA, Pilar

**Lima, setiembre de 2024**

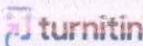
**DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD**

Yo, **Mg. Pilar Valderrama Silva** en mi condición de **Asesora** del trabajo de investigación de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública Monterrico, declaro que la tesina titulada: **ESTRATEGIAS DE EXPRESIÓN CORPORAL EN ESTUDIANTES CON TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD**, que tiene por autores a:

**ANCCO INGA, Yovana Silvia.**  
**BENITO CCUNO, Gladis.**  
**CASTRO ORIHUELA, Merlín Marcelo.**  
**GOICOCHEA TERÁN, Laura Mercedes**

, **tiene un índice de similitud de 13%**, según el reporte emitido por el software TURNITIN, que se consigna a continuación.

He revisado con detalle este reporte y ratifico que las coincidencias detectadas no constituyen indicios de plagio, cumpliendo así con los requerimientos de la EESPPM.

 <b>Identificación de reporte de similitud: oid.3117.396774953</b>	
<b>NOMBRE DEL TRABAJO</b>	<b>AUTOR</b>
<b>TESINA PPD - PRIMARIA 2- ANCCO, BENITO, CASTRO, GOICOCHEA.pdf</b>	<b>PRIMARIA2 ANCCO</b>
<b>RECUENTO DE PALABRAS</b>	<b>RECUENTO DE CARACTERES</b>
<b>10446 Words</b>	<b>60739 Characters</b>
<b>RECUENTO DE PÁGINAS</b>	<b>TAMAÑO DEL ARCHIVO</b>
<b>73 Pages</b>	<b>443.4KB</b>
<b>FECHA DE ENTREGA</b>	<b>FECHA DEL INFORME</b>
<b>Oct 21, 2024 10:13 AM GMT-5</b>	<b>Oct 21, 2024 10:14 AM GMT-5</b>
<b>● 13% de similitud general</b>	
El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.	
<ul style="list-style-type: none"><li>• 11% Base de datos de Internet</li><li>• Base de datos de Crossref</li><li>• 7% Base de datos de trabajos entregados.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1% Base de datos de publicaciones</li><li>• Base de datos de contenido publicado de Crossref</li></ul>

Lugar y fecha

Santiago de Surco 21 de octubre de 2024



**Mg. Pilar Valderrama Silva**  
**Asesora**

**DNI: 40305041**

**ORCID:0000-0001-8649-5582**

RESUMEN .....	4
ABSTRACT .....	5
INTRODUCCIÓN.....	6
DELIMITACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	8
JUSTIFICACIÓN.....	10
OBJETIVOS .....	11
Objetivo General .....	11
Objetivo Específico .....	11
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	12
1.1 Antecedentes.....	12
1.1.1 Nacionales .....	12
1.1. 2. Internacionales.....	13
1.2 Bases teóricas.....	16
1. 2.1 Expresión corporal .....	16
1.2.2 Tipos de estrategias de expresión corporal.....	16
1.2.2.1 La relajación.....	16
1.2.2.2 La respiración.....	17
1.2.2.1 La musicoterapia.....	18
1.2.3 Beneficios de la expresión corporal.....	19
1.2.3.1 Beneficios de la relajación para el aprendizaje.....	19
1.2.3.2 Beneficios de la respiración.....	20

1.2.3.3 Beneficios de la música en los niños y niñas con TDAH.....	20
1.3 El TDAH.....	21
1.3.1 Características de los estudiantes con TDAH .....	22
1.3.2 Convivencia con estudiantes con TDAH.....	23
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	25
2.1. Enfoque y diseño de la investigación .....	25
2.2. Análisis e interpretación de los resultados .....	26
CONCLUSIÓN. ....	30
REFERENCIAS.....	30
ANEXO 1: MATRIZ DE COHERENCIA.....	37
ANEXO 2: FICHEROS ELECTRÓNICOS.....	36
ANEXO 3: PÁGINAS WEB.....	46
ANEXO 4: MATRIZ DE TRIANGULACIÓN POR CATEGORÍAS .....	56
ANEXO 5: MATRIZ DE TRIANGULACIÓN POR CATEGORÍAS .....	72

## RESUMEN

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es uno de los diagnósticos neurológicos más comunes en niños en edad escolar, y es en el aula donde, generalmente, se comienzan a manifestar sus características. Este trastorno afecta la capacidad de concentración del estudiante y complica su relación con las personas de su entorno escolar. Por ello, resulta fundamental establecer rutinas diarias claras y consistentes que favorezcan la mejora de la concentración, contribuyendo así a una convivencia armoniosa. El objetivo de este trabajo de investigación es presentar diversas estrategias de expresión corporal, como la relajación, la respiración y la musicoterapia, en un enfoque documental e informativo.

**Palabras claves:** TDHA, estrategias de expresión corporal.

## **ABSTRACT**

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is one of the most common neurological diagnoses in school-aged children, and it is in the classroom where some characteristics typically begin to manifest. Consequently, it hinders the student's concentration and their relationships with people in their school environment. In this regard, it is important to establish clear, consistent daily routines that help students improve concentration and maintain healthy interactions. The objective of this research paper is to present some body expression strategies such as relaxation, breathing, and music therapy, with the study being documentary and informative in nature.

## INTRODUCCIÓN

El trastorno por déficit de atención e hiperactividad TDAH, es una condición del neurodesarrollo que se caracteriza por manifestaciones de hiperactividad, impulsividad y déficit de atención, se presenta en la infancia y puede tener dificultades en el rendimiento escolar, la convivencia en el aula y el bienestar emocional de los estudiantes.

Actualmente muchos estudiantes diagnosticados o no, tienen dificultad para adaptarse a la Educación Básica Regular (EBR) según las normativas del Ministerios de Educación (MINEDU), por ello el docente tiene la gran labor de observar a todo el grupo de estudiantes e identificar las dificultades que alguno de ellos pueda presentar mediante la evolución diagnóstica y se ve en la necesidad de buscar estrategias para ayudarlos en su etapa escolar.

Iniciamos nuestra investigación describiendo la introducción, la delimitación y planteamiento del problema, la justificación de la investigación dando paso a los objetivos propuestos.

El presente trabajo se divide en dos capítulos:

En el primer capítulo, planteamos el marco teórico conceptual, donde se describen las bases teóricas y estrategias de expresión corporal con estudiantes con TDAH.

En el segundo capítulo, se aborda la metodología de la investigación donde se presenta el enfoque y diseño de la investigación. Continuando con el análisis e interpretación de los resultados según los objetivos planteados, las conclusiones y las referencias bibliográficas de la investigación.

Finalmente, se anexa la matriz de coherencia, los ficheros electrónicos, registros de páginas web y matriz de triangulación por categorías.

## **DELIMITACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que entre el 5% y el 10 % de los estudiantes en edad escolar presentan el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). “Se cree que el 80% de estos casos están relacionados con factores genéticos y se expresan mediante comportamientos como la falta de atención, la impulsividad y la hiperactividad”. (Angulo, J. 2023, párr. 13).

Según el Ministerio de Salud (Diario El Peruano,2023) entre enero y junio se atendió 18,531 casos por trastorno con déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en todo el país, siendo más frecuente en niñas y niños de seis a ocho años.

Por esta razón, en el contexto de nuestro país, el ámbito educativo ha experimentado cambios continuos, buscando establecer un sistema que responda a las necesidades sociales actuales. El notable incremento de niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en las aulas nos lleva a considerar la implementación estrategias de expresión corporal para trabajar con niños con TDAH.

Es importante destacar que los estudiantes con TDAH, son parte de la EBR, lo que implica la necesidad de implementar estrategias que fomenten el trabajo en equipo en el aula. Según la Ley N.º 30956 (Congreso de la República del Perú, 2019), se establecen medidas de protección y apoyo para las personas con TDAH.

En consecuencia, hemos diseñado este estudio de investigación enfocado en estrategias de expresión corporal, con el propósito de proporcionar una guía a los profesionales del área e instituciones educativas, facilitando así un trabajo más eficaz con estudiantes con TDAH.

El objetivo de este trabajo es describir las estrategias de expresión corporal que puedan optimizar el desempeño en el aula y la atención de los niños con TDAH.

Asimismo, este informe presenta un enfoque cualitativo del tipo documental para abordar el TDAH en los estudiantes de EBR.

Consiste en recopilar, analizar y sintetizar documentos pertinentes, como estudios académicos y programas educativos. Este enfoque se centra en detallar estrategias de expresión corporal a través de un análisis crítico de la literatura disponible, adaptándolas al contexto educativo específico.

Al considerar las necesidades específicas de los estudiantes con TDAH, como la hiperactividad, la falta de atención, se fomenta un entorno educativo que favorece el bienestar emocional y social de todos los estudiantes.

Las estrategias de expresión corporal son esenciales, ya que promueven la convivencia y la atención de los estudiantes con estas características mediante ejercicios de relajación, respiración y musicoterapia.

A partir de todo lo expuesto, surge la siguiente interrogante: ¿Qué estrategias de expresión corporal promueven la atención en estudiantes con TDAH?

## **JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación es fundamental, porque nos permitirá describir el uso de las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH, estas estrategias facilitan una convivencia positiva con sus compañeros de clase.

Nuestra investigación es un documental informativo justificándose teóricamente con diferentes autores y basados en experiencias pedagógicas compartidas en el aula con estudiantes que tienen TDAH.

Estas estrategias de expresión corporal son relevantes ya que facilitarán a los estudiantes con TDAH en la regulación de sus emociones, en la mejora de su atención y fortalecimiento de una conducta adecuada. Además, fomentará el respeto mutuo, la empatía y la colaboración, creando un ambiente más armonioso y productivo. Apoyando el desarrollo social y emocional de los estudiantes, potenciando su habilidad para gestionar conflictos y trabajar en equipo.

La presente investigación es viable porque se ha empleado diferentes recursos bibliográficos tales como, libros digitales, repositorios de diferentes universidades, revistas, diarios y artículos de acceso libre, con la finalidad de obtener información teórica para poder sustentar la investigación. El presente trabajo que presentamos es un tema actual por tal motivo no hay mucha información específica.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Describir las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

### **Objetivo Específico**

- Identificar las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el aula.
- Describir los beneficios de las estrategias de expresión corporal en estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

## CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

### 1.1. Antecedentes

#### 1.1.1 Nacionales

Según Heredia (2017), la investigación *“Técnica de relajación para niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en instituciones educativas privadas, Chiclayo – Perú”*, el propósito de esta investigación fue proponer la técnica de relajación destinada a niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en una institución educativa privada. Contando con una población y muestra de 150 niños entre 6 a 11 años de tres instituciones educativas públicas. El tipo de investigación fue descriptivo, cuantitativo y transversal. Teniendo como resultado que de los 150 niños estudiados en tres colegios públicos el 33% presentan TDAH.

El estudio presenta similitudes, ya que se enfoca en una de nuestras categorías, que son las estrategias de relajación. Sin embargo, su enfoque se distingue por ser descriptivo, cuantitativo y de diseño transversal.

Según Dávila y Revello (2023), *“El trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad y las relaciones interpersonales con sus pares en niños en edad escolar”*, el objetivo de este estudio es analizar la relación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad y las interacciones sociales con sus pares en niños en edad escolar realizando una revisión sistemática siguiendo la guía PRISMA. Se seleccionaron 10 investigaciones que exploran la relación entre el TDAH y las relaciones con pares durante la etapa escolar. La metodología es cuantitativa y correlacional.

Concluyendo que los niños con TDAH enfrentan dificultades en la aceptación social, lo que resulta en una menor calidad y cantidad de amistades en comparación con sus compañeros de desarrollo típico. Este estudio es similar en el sentido de que identifica ciertas características que limitan su interacción con otros niños. Sin embargo, la diferencia radica en que este trabajo se basa en una revisión aplicada y cuantitativa, mientras que el presente es de tipo documental en estrategias de expresión corporal con niños con TDAH.

Arrieta (2020), "*Beneficios de la musicoterapia en niños con TDAH*" el propósito de esta investigación es recopilar información sobre los beneficios de la musicoterapia con estudiantes con TDAH. El tipo de investigación es monográfica, se justifica como una fuente primaria de información. La metodología empleada es la recopilación de datos a partir de diversas fuentes primarias virtuales, así como tesis y libros virtuales.

El presente estudio tiene similitudes con la musicoterapia, ya que esta es una de las estrategias que describimos, también es de tipo informativo. Sin embargo, se distingue porque el autor se centra exclusivamente en la musicoterapia. Concluyendo que es un medio muy activo para disminuir las acciones del niño con TDAH, lo que se convierte en una herramienta valiosa para mejorar su calidad de vida.

### **1.1. 2. Internacionales**

Según Suárez y Cárdenas (2023), en su tesis titulado "*Estrategia de relajación para control de crisis en niños con déficit de atención e hiperactividad*", se buscó evaluar la efectividad de una estrategia de relajación para gestionar las crisis en niños con TDAH. Para ello, emplearon una metodología de enfoque mixto, combinando aspectos

cuantitativos y cualitativos. La investigación abarcó una muestra de 30 estudiantes provenientes de distintos colegios y 6 docentes. Los resultados indicaron que la técnica de relajación contribuye a mejorar conductas negativas, reduce el miedo, y favorece que los niños sean más afectivos, tranquilos y con menor ansiedad. Asimismo, se concluyó que las dificultades para mantener la atención están relacionadas con la ausencia de estrategias adecuadas para abordar las tareas escolares, lo que subraya la necesidad de crear un ambiente adecuado para los niños que sufren de este trastorno.

La semejanza radica en la implementación de estrategias que atiendan las necesidades educativas de los niños con TDAH, fomentando una convivencia armónica con sus compañeros. A la vez, se diferencia en que el estudio se basa en un enfoque mixto, tanto cuantitativo como cualitativo.

Según Reyes, León, Romero y Maqueira (2024), "*Movimiento inclusivo: Estrategias de expresión corporal para niños con TDAH en educación física*", con el objetivo de fomentar la inclusión de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), tomando como muestra a 33 niños con un niño con TDAH del 4to grado de educación básica de la U.E Bilingüe Brisas del Ríos y 6 docentes a través de una metodología mixta de tipo descriptiva, encuesta y entrevista. Concluyeron que al haber realizado la encuesta los profesores desconocían de estrategias corporales y debido a esto los estudiantes no lograban incluirse adecuadamente. Realizando este trabajo obtuvieron resultados positivos y óptimos constatándose que los estudiantes con TDAH mejoran aspectos como la inclusión, atención, y demás logros también hacer

que el docente posea mayor conocimiento sobre el TDAH y estrategias de inclusión mediante la expresión corporal.

Este trabajo tiene mucha semejanza ya que es importante el uso de estrategias de expresión corporal. Se diferencia por ser descriptivo, y aplicado con encuestas y entrevistas.

Según Bautista (2019), en su tesis titulado "*Estrategias lúdicas que favorecen el autocontrol y la relajación en niños de 7 a 8 años con TDAH*", el objetivo fue proponer estrategias lúdicas que contribuyan al autocontrol y la relajación de niños con TDAH en ese rango de edad. La población estudiada incluyó a los estudiantes del segundo grado de las secciones A, B y C de la Unidad Educativa Cristo Rey Fe y Alegría. El tipo de investigación fue explicativa, con un diseño cuasi experimental, utilizando como instrumentos una lista de cotejo, cuestionarios, el test EDAH y diversas estrategias lúdicas. La conclusión a la que llegó Bautista fue que las estrategias lúdicas resultaron ser eficaces para autorregular las emociones, conductas y actitudes negativas en niños con TDAH. Tras el diagnóstico e implementación de estas estrategias, se observó que los niños mejoraron su comportamiento, lograron expresar sus sentimientos, relajarse y controlar su impulsividad.

Este trabajo es similar, ya que aborda características y métodos de relajación, aunque se diferencia en que la presente investigación es de tipo documental descriptivo.

## **1.2 Bases teóricas**

### **1. 2.1 Expresión corporal**

El lenguaje corporal se utiliza para transmitir emociones, sentimientos y pensamientos. Esto implica hacer uso del tono de voz, los gestos, las expresiones faciales, las posturas y los movimientos del cuerpo como medios de expresión, fomentando la creatividad a través del aprovechamiento de los diversos recursos que el cuerpo y el movimiento pueden ofrecer (MINEDU, 2016).

Pérez y Carnero (2019, p.10.78.79). sostienen que la expresión corporal, como un campo de conocimiento con características particulares, tiene el valor de ser una herramienta que permite desarrollar un lenguaje personal para comunicarse y expresarse, sin depender del lenguaje verbal. De hecho, se trata de una forma de comunicación no verbal que se utiliza desde los primeros años de vida y se refuerza en la etapa inicial de la escolarización. En los niños con TDAH, esta herramienta es de gran utilidad para transmitir sus sensaciones y emociones.

### **1.2.2 Tipos de estrategias de expresión corporal**

#### **1.2.2.1 Relajación**

La relajación se define como un estado de tranquilidad y reposo que facilita al cuerpo y a la mente recuperarse del estrés y la tensión acumulados. Las técnicas de relajación contribuyen a mantener la calma ante situaciones de estimulación excesiva (Navea, 2012; *Kim y Kim: Relajación y Bienestar*).

Las estrategias de relajación dirigidas a niños con TDAH tienen como objetivo modificar las conductas negativas que se han vuelto recurrentes, afectando tanto sus relaciones familiares como su entorno social (Cardo y Savera, 2008). Entre las técnicas que pueden ser de gran utilidad para los docentes se destacan: la respiración profunda, la musicoterapia, la aromaterapia, el taichí y el yoga, entre otras.

### **1.2.2.2 La respiración**

La respiración es un proceso biológico propio de los seres vivos, cuyo objetivo es mantener activo el organismo a través del intercambio de dióxido de carbono por oxígeno, Editorial Etecé, (2022).

Los procesos de la respiración son los siguientes:

- Inspiración: Consiste en la acción de inhalar aire del exterior hacia el interior del cuerpo, creando el espacio necesario para que los pulmones se llenen de aire.
- Espiración: Es el proceso mediante el cual el aire y sus desechos son expulsados del cuerpo. Ejercicios sencillos como inhalar profundamente por la nariz, mantener el aire por unos segundos y luego exhalar lentamente por la boca pueden ser muy beneficiosos. Además de oxigenar el cerebro, estos ejercicios ayudan a calmar la mente, especialmente antes de una presentación.

Se pueden considerar algunas técnicas de respiración que ayuden a regular la conducta y las emociones de los estudiantes en su entorno educativo, con el apoyo del docente.

- Respiración profunda: Busca un lugar tranquilo, inhala profundamente durante 4 segundos, mantén la respiración por 4 segundos y luego exhala lentamente por la boca durante 6 segundos. Repite este proceso varias veces.
- Meditación: Encuentra un lugar sereno en la institución educativa, siéntate en una posición cómoda y cierra los ojos. Concéntrate en tu respiración, con el objetivo de estar presente y permitir que los pensamientos fluyan sin juzgarlos.
- Mindfulness: Practica la atención plena, enfocándote en el momento actual. Esto puede implicar prestar atención a tus sentidos (lo que ves, oyes, hueles, etc.) y a tus pensamientos, sin dejarte llevar por ellos.

### **1.2.2.3 Musicoterapia**

Se trata de una estrategia que potencia la atención y la concentración, además de tener un efecto relajante que reduce los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes con TDAH. Es un medio ideal para expresar y manejar emociones, al mismo tiempo que mejora las habilidades comunicativas y favorece la integración y socialización de estos estudiantes (Herrero, DS, 2003; Vaillancourt, G., 2009).

En el salón de clase, cuando los niños resuelven ejercicios, leen una lectura, trabajan en equipo, etc. Introducimos la música, los estudiantes se relajan y trabajan concentrados; la música es una herramienta poderosa que relaja el cerebro.

En consecuencia, la musicoterapia se considera una terapia complementaria y alternativa que ofrece numerosos beneficios a los estudiantes con TDAH Duato, P., (2022).

Las sesiones de musicoterapia tienen una duración de 20 a 30 minutos y se programan una o dos veces a la semana, adaptándose a las necesidades individuales de cada estudiante. Los resultados observados después de las sesiones incluyen mejoras en la conducta, desarrollo de habilidades motoras y fomento de habilidades sociales o socio-emocionales, Praena, M. (2020).

### **1.2.3. Beneficios de la expresión corporal**

Se destacan varios beneficios, entre ellos: mejorar la atención y la concentración, regular el bienestar emocional, fortalecer la autoestima y la confianza, desarrollar habilidades motoras, y establecer rutinas y límites. Así, algunos de estos beneficios en el aula se lograrán únicamente con esfuerzo y constancia, lo que a su vez favorece la relación de los estudiantes con TDAH con su entorno educativo. Por ello, es fundamental el trabajo en equipo, ya que brinda a los estudiantes la oportunidad de interactuar con sus compañeros.

#### **1.2.3.1. Beneficios de la relajación para el aprendizaje:**

La relajación, a través de sus diversas técnicas, ofrece una variedad de beneficios. Estas técnicas son un valioso apoyo para los docentes, ya que no solo ayudan a los niños a manejar el estrés de manera más efectiva, sino que también mejoran la calidad del tiempo que pasan con sus compañeros. Estudios como el de Lantieri, (2008) destacan estos aspectos.

Entre los beneficios de la relajación para el aprendizaje se encuentran: la mejora en la calidad del aprendizaje, la regulación de las emociones del niño, la superación de la timidez, y el fortalecimiento de la confianza en sí mismo y la autoestima.

Además, como menciona Casal (2018) al citar a Linares y Sánchez (2010), "los beneficios también se relacionan con el control tónico-emocional y el aumento de capacidades cognitivas como la percepción y la memoria visual" (p. 92, citado en Villoria y Romera, 2020, p. 23).

### **1.2.3.2 Beneficios de la respiración:**

Los ejercicios de respiración para niños son tanto útiles como beneficiosos. No solo les permiten manejar sus emociones de manera más efectiva, sino que también mejoran su capacidad de atención y concentración, además de que se sienten más relajados al tomar mayor conciencia de su cuerpo y sus procesos, lo que incluso puede potenciar sus habilidades comunicativas (Sabater, 2023). A través del juego, es fundamental enseñarles a respirar correctamente, lo que contribuirá a mejorar su atención y a regular sus emociones.

### **1.2.3.3 Beneficios de la música en niños y niñas con TDAH**

Los beneficios de esta estrategia incluyen la mejora de la coordinación motora, la prevención de problemas de atención y concentración, así como un efecto tranquilizante que reduce los niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes con TDAH. Además, cantar canciones contribuye a la adquisición de vocabulario, el entrenamiento de la repetición, la atención y el control de impulsos (Fuster, 2017).

En nuestra labor diaria en las aulas, la música ayuda a potenciar la memoria, la creatividad y la sociabilidad de los estudiantes. Según Fuster (2017), los beneficios más significativos de la música en el tratamiento del TDAH son: restablecer las relaciones sociales y la comunicación (tanto verbal como no verbal), promover la relajación y

disminuir la ansiedad, favorecer la atención y la concentración, aumentar la tolerancia a la frustración y reducir conductas inapropiadas, prevenir dificultades de aprendizaje en la lectoescritura, así como mejorar la coordinación motora y la torpeza.

La Universidad Brigham Young en Utah descubrió que escuchar música clásica durante 40 minutos a la semana podría beneficiar a los estudiantes con TDAH al desarrollar su capacidad para concentrarse en sus actividades escolares (como se menciona en *La música, un remedio para la hiperactividad*, 2012).

Durante las jornadas educativas, se utiliza música de fondo mientras los estudiantes realizan actividades grupales, y se ha observado que esto mejora su concentración. La música también contribuye significativamente al desarrollo emocional de los estudiantes con TDAH, ya que les permite experimentar situaciones positivas donde aprenden a esperar, pueden expresarse libremente, se concentran y prestan atención. Esto puede ayudarles a cultivar una percepción positiva de sí mismos, pensando: "Si soy capaz en esto, puedo lograr muchas más cosas" Ocampo, (2018).

### **1.3 El TDAH**

Es un trastorno neurobiológico originado en la infancia que involucra un patrón de déficit de atención, hiperactividad y/o impulsividad.

Los componentes de déficit de atención e hiperactividad pueden estar presente o predominar cualquiera de los dos. Su origen suele ser hereditario, se debe a un desbalance químico relacionado con los neurotransmisores dopamina y noradrenalina (APDA).

La intención del PEN al 2036 relacionado a la inclusión y la equidad busca promover espacios educativos que valoren la diversidad del país y los estudiantes, fortaleciendo la experiencia de aprendizaje de toda la comunidad educativa, convirtiéndose en puntos de encuentro para combatir el prejuicio y la discriminación, de esta manera se integran o dialogan tradiciones, visiones y prácticas culturales diferentes.

El Ministerio de Educación del Perú ha implementado varias resoluciones y guías para la atención de niños de TDAH en las escuelas, aprobando mediante a resolución Ministerial N°432-2022 en donde busca orientar la implementación de la educación inclusiva, asegurando el acceso y la permanencia de los estudiantes con necesidades especiales, incluido el TDAH, en el sistema educativo, en donde además se promueve la capacitación continua de los docentes y la adecuación de infraestructura y materiales educativos.

### **1.3.1 Características de los estudiantes con TDAH**

El TDAH con frecuencia se asocia a problemas de aprendizaje, problemas de conducta, habla, lenguaje, depresión, ansiedad y tics; en algunos casos el trastorno asociado puede ser más severo que el TDAH en sí (APDA).

De hecho, la observación es una herramienta muy valiosa que nos ayudará a registrar los comportamientos para dar la ayuda necesaria. Les presentamos algunas características:

- Muestra dificultad al prestar atención en actividades escolares.
- Cuando se le habla directamente pareciera no escuchar.

- No concluye con las tareas escolares al no seguir las instrucciones.
- Incapacidad de mantener quietud prolongada en el aula de clase y ante la corrección responde con movimientos impulsivos y repentinos. (UNIR, n.d.).

Por lo tanto, presenta dificultad para regular las emociones y reconocer las consecuencias de los actos, desempeñar trabajos colaborativos y socializarse con sus compañeros de clase. Fundación INGADA, (2021).

### **1.3.2 Convivencia con estudiantes con TDAH**

Cuando se cuenta en la familia con un niño con TDAH, la convivencia se torna compleja, las manifestaciones de este trastorno influyen de manera negativa en el mismo niño y en todo el entorno familiar, social y educativo. De ahí la importancia de gestionar varios aspectos para que exista un clima favorable donde reine la armonía, la comunicación y la empatía (CADAH, 2019).

Las manifestaciones del TDAH a la hora de participar en interacciones escolares son muy evidentes. Su capacidad de adaptarse e integrarse en la I.E. no siempre es el esperado para obtener los objetivos académicos. Esto causa que muchos de los estudiantes afectados por este trastorno se encuentren frustrados con su desempeño estudiantil y social.

“Educar para la convivencia. Educar para adquirir conciencia de la justicia. Educar en la igualdad para que no se pierda un solo talento por falta de oportunidades” CADAH (2019). Teniendo en cuenta esta frase debemos fomentar la igualdad, inclusión, la equidad y el respeto a los estudiantes con TDAH.

Es importante enseñarles a aprender e interiorizar normas y valores para una

convivencia sana y armoniosa, también ayuda a los niños a sentirse aceptados e incluidos en un grupo.

## **CAPÍTULO II: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

En el presente capítulo se aborda el enfoque y diseño de la investigación, así como el análisis e interpretación de los resultados.

### **2.1. Enfoque y diseño de la investigación**

El presente trabajo consiste en una investigación documental sin intervención pedagógica. Este estudio es documental porque permite recopilar diversas fuentes bibliográficas, páginas web y repositorios para obtener información sobre el tema en cuestión.

Baena (2017), señala que “la metodología nos permite ordenar y sistematizar un trabajo de investigación” (p.31, citado en Hinostroza, C., Romero, S., Solis, Z., 2023). Esta investigación es de tipo informativo porque da a conocer información relevante sobre un tema específico que vienen de diferentes fuentes sin probarlas, en ellas se encuentran estudios en un área del conocimiento específico (Tejada, 2020, citado en Hinostroza, C., Romero, S., Solis, Z., 2023).

Las unidades de análisis de la tesina son: las estrategias de expresión corporal y los estudiantes con TDAH. Estas unidades muestran cómo contribuir a la mejora de la labor docente. Por consiguiente, la investigación fue realizada bajo el diseño documental que según Guerrero (2014), se dedica a recopilar y seleccionar información de varias fuentes, ya sea mediante la lectura de documentos, revistas, libros, artículos y otros medios físicos o electrónicos.

## **2.2. Análisis e interpretación de los resultados**

El presente trabajo se ha desarrollado teniendo en consideración los antecedentes y las bases teóricas presentadas, de este modo responde al objetivo de la investigación.

El objetivo general consiste en describir las estrategias de expresión corporal utilizadas en el trabajo con estudiantes que presentan trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Estas estrategias son herramientas valiosas para gestionar las emociones, la conducta y el bienestar general de los estudiantes. Así lo refiere Carnero y Pérez (2019), “La Expresión Corporal sirve como herramienta para encontrar un lenguaje personal con el que podemos comunicarnos y expresarnos”.

El objetivo específico es identificar las estrategias de expresión corporal utilizadas en el trabajo con estudiantes que presentan TDAH. Se puede deducir que, una vez identificadas, estas estrategias son efectivas, como enseñar a los estudiantes a respirar profundamente, realizar ejercicios que favorezcan la relajación y manejar mejor las emociones, así como incorporar movimientos al ritmo de la música. Estas prácticas ayudan a los estudiantes con TDAH a concentrarse y disfrutar de la convivencia con sus compañeros. Tal como refiere la ficha N°13 MINEDU (2016). El uso del lenguaje corporal nos ayuda a comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. Es una herramienta fundamental, más allá de las palabras.

Asimismo, otro objetivo específico es describir los beneficios de las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes que presentan TDAH. Se puede afirmar que estas estrategias favorecen la disposición para realizar tareas, mejoran la

conducta y promueven una interacción más positiva con sus compañeros. Además, fomentan un ambiente más accesible y tolerante, lo que ayuda a los niños con TDAH a concentrarse y desempeñarse de manera más efectiva en la institución educativa.

Como menciona la Ficha N°06 de Paula Duato Martínez (2022), estas estrategias generan una amplia gama de beneficios que tienen un impacto positivo en el rendimiento académico y el comportamiento de los estudiantes.

## **CONCLUSIÓN.**

Se concluye la presente investigación indicando que se han identificado diversas estrategias de expresión corporal, como la relajación, la respiración y la musicoterapia, que resultan ser herramientas valiosas en el trabajo con estudiantes que presentan TDAH. Estas estrategias no solo facilitan la comunicación de sus sentimientos y la gestión de sus emociones, sino que también fomentan la creatividad, contribuyendo así al desarrollo integral de los estudiantes.

Además, las estrategias de expresión corporal con estudiantes que presentan TDAH ofrecen numerosos beneficios, como el aumento de la autoestima, la confianza y la empatía. Estos aspectos contribuyen a mejorar la convivencia con sus compañeros y favorecen un aprendizaje más efectivo en el aula. Al mismo tiempo, el presente trabajo muestra características de un niño con TDAH y se proponen estrategias para fomentar una convivencia saludable para los niños que lo presentan.

Este trabajo ha destacado la relevancia de describir y aplicar estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH. Las bases teóricas presentadas han demostrado ser fundamentales para promover una convivencia saludable, así como para crear un ambiente inclusivo dentro de la institución educativa.

Al implementar estas estrategias, no solo se mejora la capacidad de adaptación e integración de los estudiantes con TDAH, sino que también se favorece su desarrollo académico, social y emocional, lo cual es clave para su éxito a largo plazo. El enfoque en la expresión corporal se convierte, así, en una herramienta valiosa que contribuye a

una educación más equitativa y a una mejor comprensión de las necesidades individuales, fomentando una dinámica escolar que apoya la diversidad y la inclusión.

## REFERENCIAS

- Angulo, J. (2023) “*Día del niño: desafíos educativos y la salud mental para los infantes que sufren TDAH en el Perú*” Infobae  
<https://www.infobae.com/peru/2023/08/19/dia-del-nino-desafios-educativos-y-la-salud-mental-para-los-infantes-que-sufren-tdah-en-el-peru/>
- Asociación Peruana de Déficit de Atención (APDA). (2018). “*Características de los niños con TDAH*”.  
<https://www.deficitdeatencionperu.com/apda-la-asociacion-peruana-de-deficit-de-atencion/>
- Arrieta, (2020). “*Beneficios de la musicoterapia en niños con TDAH*”. [Trabajo académico para segunda especialidad, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio.untumbes.  
[https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2557/TRAB\\_AJO%20ACADEMICO%20-%20ARRIETA%20NI%C3%91O.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2557/TRAB_AJO%20ACADEMICO%20-%20ARRIETA%20NI%C3%91O.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bautista, (2019). “*Estrategias lúdicas que favorecen el autocontrol y la relajación en niños de 7 a 8 años con TDAH*”. [Tesis para optar la licenciatura, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio.umsa  
<http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/25317>
- Cardo, E. Saveria, M. (2008). “Trastorno por déficit de atención/hiperactividad: estado de la cuestión y futuras líneas de investigación”. *Revista Neurología*, 45-67.

<https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/130.2-tdha.pdf>

Carnero, S. y Pérez, A. (2019). *“La expresión corporal como forma de comunicación esencial”*. Holos

<https://www.studocu.com/pe/document/universidad-cientifica-del-sur/expresion-corporal/01-la-expresion-corporal-como-forma-de-comunicacionn-esencial-carnero-sierra-s-y-amezaga-a-2019/94621201>

Congreso de la República del Perú. (2019). Ley N.º 30956: Ley de Protección de las Personas con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). El Peruano.

<https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/1775249-1>

Dávila, A. y Revello, S. (2023). El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad y las relaciones interpersonales con sus pares en niños en edad escolar

<https://hdl.handle.net/20.500.12724/18248>

Diario “EL PERUANO” (2024). Importancia de la convivencia con niños de TDAH.

<https://www.elperuano.pe/noticia/217931-minsa-atiende-mas-18-000-casos-de-trastorno-por-deficit-de-atencion-e-hiperactividad-en-lo-que-va-del-2023>

Domínguez, C. (202). *“La musicoterapia como recurso alternativo para la mejora de la sintomatología del alumnado con TDAH: una revisión sistemática”*.

<https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/6521/TFM-Cristina%20Dominguez%20Pacheco.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Duato, P. (2022). *“La musicoterapia en niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)”*. [Universidad Católica de Valencia].

<https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2782/Duato%20Mart%C3%A9nez%20Paula.pdf?sequence=1>

Editorial Etecé (2022) *“Respiración”*. Concepto

<https://concepto.de/respiracion/#:~:text=La%20respiraci%C3%B3n%20es%20un%20proceso,di%C3%B3xido%20de%20carbono%20por%20ox%C3%ADgeno.>

Fundación CADAH, (2019). *“Guía de convivencia para familias con niños con TDAH”*.

Fundación CADAH.

<https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/convivir-con-el-tdah.html>

Fundación CADAH, (2019). *“Importancia de la convivencia con niños de TDAH”*.

<https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/la-importancia-de-la-educacion-en-los-alumnos-con-tdah.html>

Fuster, V. (2017). *“Beneficios de la música en el tratamiento del TDAH”*. Red Cenit.

<https://www.redcenit.com/beneficios-de-la-musica-en-el-tratamiento-del-tdah/>

Fundación Ingada, (2021). *“Características de los estudiantes con TDAH”*

[https://www.fundacioningada.net/tdah\\_caracteristicas\\_sintomas\\_es.html](https://www.fundacioningada.net/tdah_caracteristicas_sintomas_es.html)

Guerrero, H. E. (2017). La expresión corporal, como medio de comunicación educacional. INNOVA Research Journal, 2(8.1), 92–98.

<https://doi.org/10.33890/innova.v2.n8.1.2017.346>

Herrero, D. (2003) “*Musicoterapia en educación especial*” Pulso. Revista de educación

[https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Herrero,+D.+S.+\(2003\)&hl=es&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Herrero,+D.+S.+(2003)&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart)

Heredia, O. (2017). “*Técnica de relajación para niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en instituciones educativas privadas, Chiclayo-Perú*”,

[Investigación, Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú]

<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/456/445>

Hernando, M. (2019) “*La importancia de las emociones y técnicas para gestionarlas*”.

[Grado en educación infantil. Universidad de Valladolid].

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/41265/TFGB.%201414.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=%E2%80%9C%20Los%20cambios%20generados%20en%20la,adem%C3%A1s%20influye%20en>

Hinostroza, C., Romero, S., Solis, Z. (2023) “*El juego como estrategia para desarrollar la expresión oral en los niños de 4 años*” [Tesis para obtener el grado de bachiller, Escuela de Educación Superior Monterrico]

<https://repositorio.monterrico.edu.pe/server/api/core/bitstreams/feee774a-dc73-4b38-acbc-ad92de64a6c9/content>

Kim, H. y Kim, E. J. (2018). Effects of Relaxation Therapy on Anxiety Disorders: A Systematic Review and Meta-analysis. Archives of Psychiatric Nursing, 32(2), 278-284.

<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2017.11.015>

“La música, un remedio para la hiperactividad”. Hola.com. 26 de noviembre, 2012.

<https://mx.hola.com/ninos/2012112662016/deficit-atencionhiperactividad-musica/>

Lantieri, L. y Goleman, D. (2009). *“Inteligencia emocional infantil y juvenil”*. 3 edición. Editorial Aguilar.

[https://www.academia.edu/11996423/Inteligencia\\_emocional\\_infantil\\_y\\_juvenil\\_Linda\\_Lantieri\\_Daniel\\_Goleman\\_3ra\\_Ed?auto=download](https://www.academia.edu/11996423/Inteligencia_emocional_infantil_y_juvenil_Linda_Lantieri_Daniel_Goleman_3ra_Ed?auto=download)

López, S. (2023), *“La convivencia y el clima en aulas con alumnado TDAH en Educación Primaria”*. [Master Universitario, Universidad Europea Valencia]

[https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/6536/TFM\\_Sergio%20Lopez%20Ortega.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/6536/TFM_Sergio%20Lopez%20Ortega.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

MINEDU, (2016). *“Programa curricular de educación primaria: Lima, Perú. Currículo Nacional de Educación Básica Regular del nivel de Primaria.”*

<https://es.scribd.com/doc/311719534/Programa-Nivel-Primaria-Ebr>

Navea, (2012) “Técnicas de relajación en niños con déficit de atención e hiperactividad”. Rev. Presencia 2012 ene-jun 8(15)

<http://www.index-f.com/presencia/n15/p7855.php>

Ocampo, J. “Musicoterapia para niños TDAH. Beneficios de la música para niños con déficit de atención e hiperactividad”. Guía Infantil. 30 de abril, 2018.

<https://www.guiainfantil.com/articulos/salud/hiperactividad/musicoterapia-para-ninos-tdah/>

Ortiz, S. (2022) “Programa de actuación específico para alumnado con TDAH basado en la colaboración familia – escuela”. [Grado de master universitario. Universidad Pontificia Comillas]

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/74469/ORTIZ%20ESTRUCH%20CSARA-TFM.PSICOPEDAGOGIA.pdf?sequence=1>

Praena, M. (2020). *¿Cómo realizar sesiones de Musicoterapia para niños enfocada a objetivo?*. Volumen (488). [s.n.].

<https://revistadigital.inesem.es/educacion-sociedad/musicoterapia-para-ninos/>

Reyes, León, Romero y Maqueira (2024), “Movimiento inclusivo: *Estrategias de expresión corporal para niños con TDAH en educación física*”, Pol. Con. (Edición núm. 92) Vol. 9, N° 4.

<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/7017/pdf>

Sabater, V. (2023). “*9 divertidos ejercicios de respiración para niños*”.

<https://lamenteesmaravillosa.com/5-ejercicios-de-respiracion-para-ninos/>

Suárez, V. y Cárdenas, J. (2023). “*Estrategia de relajación para control de crisis en niños con déficit de atención e hiperactividad*”. Vol. 7

<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005> <http://mqrinvestigar.com/>

UNIR, (2020). “*Características de los estudiantes con TDAH*”.

<https://www.unir.net/educacion/revista/tdah-en-el-aula/>

Vaillancourt, G. (2009) “*Mentoría de aprendices de musicoterapia para la paz y la justicia social a través de la musicoterapia comunitaria: un estudio basado en las artes*” [Antioch University]

<https://aura.antioch.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1007&context=etds>

Villoria, L. (2020). “*La relajación en educación especial. propuesta de un taller de Mindfulness para una clase heterogénea*”. [Grado en educación primaria. Universidad de Valladolid].

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/43101/TFGG4439.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

**Anexo 1: Matriz de coherencia.**

Problemas	Objetivos	Unidad de análisis	Categorías	Técnicas e instrumentos
¿Qué estrategias de expresión corporal podemos emplear en estudiantes con TDAH?	<b>Objetivo General:</b> -Describir las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.	Estrategias de expresión corporal.	Tipos de estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH.	Documental
			Beneficios de estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH.	
	<b>Objetivos Específicos:</b> - Identificar las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH.	Estudiantes con Trastorno de Déficit de Atención e	Características de los estudiantes con TDAH.	Registros de páginas web
			Convivencia con estudiantes con TDAH.	Fichas electrónicas y

	-Describir los beneficios de las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH.	Hiperactividad TDAH.		matriz de triangulación.
--	--	----------------------	--	--------------------------

## **Anexo 2: Ficheros electrónicos.**

Ficha N°1

### **Relación entre el TDAH y las relaciones interpersonales**

“la relación interpersonal con sus pares es negativa en la mayoría de los casos no tienen muchos amigos y no son aceptados en algunos ámbitos de la sociedad”

(p.14).

Dávila y Revello, (2023)

### **El trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad y las relaciones interpersonales**

<http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2557>

Ficha N°2

### **Algunos beneficios de la musicoterapia**

“uno de los beneficios es que los niños con TDAH controlen sus niveles de ansiedad hasta hacerse muchas veces imperceptibles, también influye mucho el proceso de respiración coordinado y sin presiones” (P.24).

Arrieta, (2020)

### **Beneficios de la musicoterapia en niños con TDAH**

<http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2557>

Ficha N° 3

**El uso de estrategias de relajación para controlar las crisis en niños con TDAH.**

“se obtuvo como resultado una mejora en la conducta, disminuyendo sus miedos, siendo así más afectivos con una actitud relajada y menos ansiosa”.

Suárez y Cárdenas, (2023)

**Estrategias de relajación para control de crisis en niños con Déficit de Atención e Hiperactividad.**

<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005> <http://mqrinvestigar.com/>

Ficha N°4

**La relajación en los niños con TDAH**

“es importante el autocontrol y la relajación para mejorar el comportamiento asociado con el TDAH y puedan integrarse en el ámbito escolar” (p.11).

Bautista (2019)

**Estrategias lúdicas que favorecen el autocontrol y la relajación en niños de 7 a 8 años con TDAH.**

<http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/25317>

Ficha nº 5

### **Áreas que se pueden tratar con la musicoterapia.**

“las sesiones pueden tener una duración entre 20 y 30 minutos en una o dos semanas, observando como resultado gradual una mejora de conducta, el desarrollo de habilidades motoras, sociales y emocionales”.

Praena, (2009)

### **¿Cómo realizar sesiones de musicoterapia para niños enfocada a objetivos?**

<https://www.inesem.es/revistadigital/educacion-sociedad/musicoterapia-para-ninos/>

Ficha N° 6

### **Beneficios de la música en el tratamiento del TDAH.**

“por lo tanto es una terapia complementaria y alternativa con una gran cantidad de beneficios para los estudiantes con TDAH”.

Duato, (2022)

### **La musicoterapia en niños con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad TDAH.**

<https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2782/Duato%20Mart%C3%ADnez%20Paula.pdf?sequence=1>

Ficha N°7

### **Ejercicios de respiración para niños.**

“como se señala estos ejercicios de respiración son tan útiles, beneficiosos que no solo les ayuda a controlar sus emociones, sino que mejora su capacidad de atención y focalización ya que toman conciencia de su cuerpo y sus procesos mejorando a la vez sus habilidades comunicativas”.

Sabater, (2023)

### **9 divertidos ejercicios de respiración para niños.**

<https://lamenteesmaravillosa.com/5-ejercicios-de-respiracion-para-ninos/>

Ficha N° 8

### **Beneficios de la relajación para el aprendizaje.**

“por lo tanto la relajación en sus distintas técnicas produce distintos beneficios, les ayudará no solo a controlar mejor el estrés, sino que enriquecerá la calidad del tiempo en el que intercambian con sus amigos”.

Lantieri, (2008)

### **Inteligencia emocional infantil y juvenil.**

[https://books.google.com.pe/books/about/Inteligencia\\_emocional\\_infantil\\_y\\_juveni.html?id=WZQAEQAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.pe/books/about/Inteligencia_emocional_infantil_y_juveni.html?id=WZQAEQAAQBAJ&redir_esc=y)

Ficha N° 9

**La musicoterapia como tratamiento para el TDAH.**

“citando a Galindo, (2019) si se introduce la musicoterapia en las escuelas sería de gran ayuda ya que favorecería a la relajación, a un control de sus energías y se conseguiría una gran capacidad de concentración” (p.17).

Domínguez, (2023)

**La musicoterapia como recurso alternativo para la mejora de la sintomatología del alumnado con TDAH: una revisión sistemática.**

<https://hdl.handle.net/20.500.12880/6521>

Ficha N° 10

**Convivencia escolar**

“Como afirma Caballero, (2010) uno de los aspectos importantes en las relaciones humanas es la convivencia, en donde surgen desacuerdos, desavenencias que causan conflictos interpersonales y por consecuencia convivencia y conflicto se presentan conjuntamente” (p.7).

López, (2023)

**La convivencia y el clima en aulas con alumnado TDAH en Educación Primaria.**

[https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/6536/TFM\\_Sergi\\_o%20Lopez%20Ortega.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/6536/TFM_Sergi_o%20Lopez%20Ortega.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ficha N° 11

### **Características de los estudiantes con TDAH.**

“es muy importante la observación y registro del comportamiento para darle la orientación debida. Ellos se manifiestan con mucha dificultad para prestar atención en clase, cuando se les habla parecen no escuchar, no sigue instrucciones para terminar correctamente las tareas, son inquietos y en algunos casos responden con movimientos impulsivos”.

UNIR, Educación, (2020)

**TDAH en el aula: como identificar y tratar el trastorno de atención e hiperactividad en clase.**

<https://www.unir.net/educacion/revista/tdah-en-el-aula/>

Ficha N° 12

### **Expresión corporal.**

“por lo tanto el uso del lenguaje corporal es muy fundamental para expresar sus emociones, sentimientos y pensamientos. Conlleva utilizar el tono de voz, los gestos, movimientos para expresarse, incrementando su creatividad y a la par utiliza el cuerpo y el movimiento”.

MINEDU, (2016)

**Programa curricular de educación primaria; Lima, Perú. Minedu (s.f). Currículo Nacional de Educación Básica Regular del nivel de Primaria.**

<https://es.scribd.com/doc/311719534/Programa-Nivel-Primaria-Ebr>

Ficha N° 13

### **Ejercicios de respiración.**

Es importante destacar la afirmación de Daniel Goleman referente a los ejercicios de respiración, su importancia de como perfeccionan el desarrollo cerebral de los niños, aumentando su capacidad de atención, gestionando y reduciendo los efectos del estrés.

Sabater, (2023)

### **9 divertidos ejercicios de respiración para niños.**

<https://lamenteesmaravillosa.com/5-ejercicios-de-respiracion-para-ninos/>

Ficha N° 14

### **Beneficios de la relajación para el aprendizaje**

Se destaca a Casal, (2018) citando a Linares y Sánchez, (2010) “los beneficios también se vinculan al control tónico emocional y al incremento de capacidades cognitivas como la percepción y la memoria visual” (p.92).

Villoria, (2020)

### **La relajación en educación especial. propuesta de un taller de Mindfulness para una clase heterogénea.**

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/43101/TFGG4439.pdf?sequence=1&i>

Ficha N° 15

### **Definición del TDAH**

“Los componentes de déficit de atención e hiperactividad en algunos casos se acentúan cualquiera de los dos, su origen por lo general es hereditario ya que se debe a un desbalance químico que tiene relación con la dopamina y la norepinefrina” (p.7).

APDA, (2018)

### **Atención al TDAH en la escuela.**

<http://deficitdeatencionperu.com/wp-content/uploads/2019/06/ATENCION-al-TDAH->

Ficha N° 16

### **Características de los niños con TDAH.**

Cuando en la familia se cuenta con un niño con TDAH la convivencia puede tornarse difícil, ya que algunas de las manifestaciones pueden influir de manera negativa tanto con el que lo padece como con los integrantes. Es muy necesario que los padres conozcan y aprendan acerca de este trastorno y busquen formas adecuadas para gestionarlo y ser capaces de crear un clima favorable.

CADAH, (2019)

### **Convivir con el TDAH**

<https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/convivir-con-el-tdah.html>

Ficha N° 17

### **Convivencia escolar**

“el TDAH según indica Marchesí, (2004) afecta significativamente la participación de los estudiantes en su entorno escolar, disminuyendo su adaptación e integración, llevando a muchos estudiantes a sentirse frustrados con su rendimiento académico y social, por lo que no logran alcanzar los objetivos esperados para su etapa de desarrollo” (p,11).

Ortiz, (2022)

**Programa de actuación específico para alumnado con TDAH basado en la colaboración familia-escuela.**

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/74469/ORTIZ%20ES>

Ficha N° 18

### **Expresión corporal.**

“Es necesario tomar conciencia del propio cuerpo, sus emociones, modos de reaccionar, sus movimientos para tener un conocimiento corporal adecuado.”

Carnero, Pérez, (2019)

**La expresión corporal como forma de comunicación esencial.**

<https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/8477/pdf>

Ficha N° 19

### **Características de los niños con TDAH.**

El TDAH se asocia con diferentes características que influyen en la personalidad, el pensamiento y la conducta de quienes lo padecen. destacando las dificultades para regular las emociones, evaluar las consecuencias de las acciones, mantener la constancia en el trabajo y establecer sanas relaciones sociales y familiares.

**Fundación INGADA, (2021)**

#### **EI TDAH**

[https://www.fundacioningada.net/tdah\\_caracteristicas\\_sintomas\\_es.html](https://www.fundacioningada.net/tdah_caracteristicas_sintomas_es.html)

Ficha N° 20

### **Expresión corporal**

“Por lo tanto desarrollar la motricidad en el estudiante origina el desarrollo intelectual, emocional, físico. Los maestros deben generar espacios de expresión corporal, utilizando el juego como un medio indicado para motivar el movimiento y el lenguaje de gestos promoviendo la creatividad e imaginación” (p.95).

Guerrero, (2017)

#### **La expresión corporal como medio de comunicación educacional.**

<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3765/7/%E2%80%9CLa%20expresi%C3%B3n%20corporal%2C%20como%20medio%20de%20comunicaci%C3%B3n%20educacional%E2%80%9D.pdf>

**Anexo 3: Páginas web.**

MOTOR DE BÚSQUEDA	PALABRA CLAVE	TÍTULO	AUTOR	FECHA DE PUBLICACIÓN	DIRECCIÓN DE PÁGINA	INFORMACIÓN ENCONTRADA
Google web	Técnica de relajación.	Técnica de relajación para niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en instituciones educativas privadas, Chiclayo- Perú.	Oscar Teófilo Heredia Pérez.	28 marzo 2017.	<a href="https://doi.org/10.26495/rtzh17.9.120802">https://doi.org/10.26495/rtzh17.9.120802</a>	Técnica de relajación.

<p>Archivo digital de la legislación del Perú.</p>	<p>Ley de protección de las personas con TDAH.</p>	<p>Ley de protección de personas con trastorno de déficit de atención e hiperactividad TDAH ley 30956.</p>	<p>Martín Alberto Vizcarra Cornejo.</p>	<p>El 2 de junio de 2019.</p>	<p><a href="https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/ADLP/Texto_Consolidado/30956-TXM.pdf">https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/ADLP/Texto_Consolidado/30956-TXM.pdf</a></p>	<p>Ley de protección de las personas TDAH.</p>
<p>Google web</p>	<p>Ana Navea</p>	<p>Técnicas de relajación en niños con déficit de atención e hiperactividad.</p>	<p>Ana Navea. Martín.</p>	<p>Mayo 2012</p>	<p><a href="https://www.researchgate.net/publication/324943616_Las_tecnicas_de_relajacion_en_nino">https://www.researchgate.net/publication/324943616_Las_tecnicas_de_relajacion_en_nino</a></p>	<p>Las técnicas de relajación.</p>

					<a href="#">s con deficit d e atencion e hiperactividad</a>	
Google web	Osorio	Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH.	Lucía Osorio Quintana. Psicopedagoga de Fundación CADAH.	2015	<a href="https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/alumnos-con-tdah-estrategias-para-la-evaluacion-escolar.html">https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/alumnos-con-tdah-estrategias-para-la-evaluacion-escolar.html</a>	Estudiantes con TDAH.
Google web	Fuster	“Beneficios de la música en el	Victoria Fuster,	2017	<a href="https://www.redcenit.com/beneficios-de-la-">https://www.redcenit.com/beneficios-de-la-</a>	“Beneficios de la música.

		tratamiento del TDAH”.	psicóloga y terapeuta.		<a href="#">musica-en-el-tratamiento-del-tdah/</a>	
Google web	Relaciones interpersonal es con sus pares.	“El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad y las relaciones interpersonales con sus pares en niños en edad escolar”.	Dávila y Revello.	2023	<a href="https://hdl.handle.net/20.500.12724/18248">https://hdl.handle.net/20.500.12724/18248</a>	Resultados que se conocen sobre la asociación del TDAH y las descripciones interpersonales en edad escolar.

<p>Google, Trabajo de fin de grado e la Universidad de Valladolid.</p>	<p>Relajación, respiración, atención plena, Educación Especial, programa TREVA, propuesta de intervención.</p>	<p>La relajación en educación especial. Sugerencias de una sesión de mindfulness para una clase múltiple.</p>	<p>Magali Vargas.</p>	<p>2010</p>	<p><a href="https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/43101/TFG-G4439.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/43101/TFG-G4439.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a></p>	<p>Beneficios de la relajación para el aprendizaje.</p>
<p>Google. La mente es maravillosa, revista sobre psicología y</p>	<p>Procesos de la respiración.</p>	<p>9 divertidos ejercicios de respiración para niños.</p>	<p>Valeria Sabater</p>	<p>06 de agosto del 2023.</p>	<p><a href="https://lamenteesmaravillosa.com/5-ejercicios-de-">https://lamenteesmaravillosa.com/5-ejercicios-de-</a></p>	<p>Ejercicios de respiración para niños.</p>

filosofía y reflexiones sobre la vida.					<a href="#">respiracion-para-ninos/</a>	
Google, publicado por Editorial Aguilar.	Prácticas para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes.	Inteligencia emocional en edad infantil y juvenil.	Linda Lantieri	2008	<a href="https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=WZQAEQAAQBAJ&amp;oi=fnd&amp;pg=PT3&amp;dq=daniel+goleman+ejercicios+de+respiracion&amp;ots=U7ImXtr5Ht&amp;sig=6MC30_O8Bx">https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=WZQAEQAAQBAJ&amp;oi=fnd&amp;pg=PT3&amp;dq=daniel+goleman+ejercicios+de+respiracion&amp;ots=U7ImXtr5Ht&amp;sig=6MC30_O8Bx</a>	Beneficios de la relajación para el aprendizaje.

Google, publicado por el blog "Pasión Paternal"	El método de Daniel Goleman para entrenar la atención en niños.	El método de Daniel Goleman para entrenar la atención y la concentración en niños.	Daniel Goleman	22 de abril del 2024.	<a href="https://pasionpaternal.com.ar/el-metodo-para-entrenar-la-atencion-y-la-concentracion-de-los-ninos-que-aconseja-daniel-goleman/">https://pasionpaternal.com.ar/el-metodo-para-entrenar-la-atencion-y-la-concentracion-de-los-ninos-que-aconseja-daniel-goleman/</a>	Ejercicios básicos Para niños diseñado por Daniel Goleman.
Página web de la Universidad	Musicoterapia ; Educación Especial; Trastorno por	La musicoterapia como recurso alternativo del	David Carabias. Galindo.	2019	<a href="https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.50">https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.50</a>	La música como tratamiento para el TDAH.

<p>Europea de Valencia.</p>	<p>Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH); Revisión Sistemática.</p>	<p>alumnado con TDAH.</p>			<p><a href="https://doi.org/10.12880/6521/TFM_Cristina%20Dominguez%20Pacheco.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">0.12880/6521/TFM_Cristina%20Dominguez%20Pacheco.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a></p>	
<p>Google Académico. Editorial UOC, de esta edición. Rambla del Poblenou 156, 08018.</p>		<p>Música y neurociencia: La musicoterapia, sus fundamentos, efectos y</p>	<p>Jordi A. Jauset Berrocal.</p>	<p>Setiembre del 2011.</p>	<p><a href="https://www.academia.edu/35435667/Jauset_Berrocal_Jordi_Musica_y_neurociencia_la_musicoterapia">https://www.academia.edu/35435667/Jauset_Berrocal_Jordi_Musica_y_neurociencia_la_musicoterapia</a></p>	<p>La música como tratamiento para el TDAH.</p>

Barcelona.ww w.editorialuoc .com		aplicaciones terapéuticas.				
Google Académico.	Música y musicoterapia	Música y musicoterapia: Su importancia en el desarrollo infantil.	Guylaine Vaillancourt.	2009	<a href="https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=1w6XBgAAQB&amp;oi=fnd&amp;pg=PA9&amp;dq=vailancourt+musicoterapia&amp;ots=AjCTOerdfp&amp;sig=iuSqFEJp-xEA1Z6A8pBEwR91D2U#v=onepage&amp;q=vail">https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=1w6XBgAAQB&amp;oi=fnd&amp;pg=PA9&amp;dq=vailancourt+musicoterapia&amp;ots=AjCTOerdfp&amp;sig=iuSqFEJp-xEA1Z6A8pBEwR91D2U#v=onepage&amp;q=vail</a>	La música como tratamiento para el TDAH.

					<a href="#">ancourt%20mu sicoterapia&amp;f=f alse</a>	
Google	Estudiantes con TDAH.	Características de los estudiantes con TDAH.	Fundación INGADA.	2021	<a href="https://www.fundacioningada.net/tdah_caracteristicas_sintomas_es.html">https://www.fundacioningada.net/tdah_caracteristicas_sintomas_es.html</a>	Características propias de los estudiantes con TDAH.

## ANEXO 4: MATRIZ DE TRIANGULACIÓN POR CATEGORÍAS

**Objetivo específico 1:** Identificar las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

UNIDADES DE ANÁLISIS	CATEGORÍAS	FUENTE 1	FUENTE 2	FUENTE 3	COINCIDENCIAS/ DESACUERDOS	CONFRONTACIÓN TEÓRICA
Estrategias de expresión corporal. con estudiantes con TDAH	Tipos de estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con	<b>MINEDU. (2016)</b> La expresión corporal es el uso del lenguaje corporal para comunicar emociones,	<b>Carnero, Pérez (2019),</b> afirman que: “La Expresión Corporal significa adquirir conciencia	<b>David Carabias Galindo, (2019).</b> “Esta práctica se traduce en una fuente de ayuda para prosperar,	Según el MINEDU, Carnero, Pérez estas estrategias ayudan a los estudiantes a reducir el estrés, regular sus emociones y lograr	Las estrategias de expresión corporal son aquellas que ayudarán a regular las emociones y la música puede influir en la concentración y organización, facilitando el

	TDAH.	sentimientos y pensamiento s. Implica utilizar el tono de voz, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos	del propio cuerpo, con sus movimientos, emociones y modos de reaccionar. Tomar conciencia equivale, en gran medida, a adquirir el propio conocimiento y posibilidad corporal.	pues si introducimos la música en ambientes educativos, con las evidencias clínicas que posee, puede ayudar a este tipo de alumnado a relajarse, controlando mejor su energía,	una adaptación positiva en el aula. En cambio, Carabias afirma que la música puede ayudar a mejorar la concentración y la organización, lo que también puede conducir a un mejor rendimiento académico.	aprendizaje de manera integral.
--	-------	---	---	--	---	---------------------------------

		<p>que ofrecen el cuerpo y el movimiento.</p> <p><b>Ficha N° 13</b></p>	<p><b>Ficha N° 18</b></p>	<p>consiguiendo una mayor capacidad de concentración. La organización y la atención son otros dos grandes retos para ellos, por lo que la idea es proporcionarles herramientas que les sean</p>		
--	--	---	---------------------------	---	--	--

				<p>útiles, ya que la música alcanza partes del cerebro que otras no pueden”.</p> <p><b>Ficha Nº 9</b></p>		
	Beneficios de estrategias de expresión corporal en el trabajo con	<p><b>Casal (2018)</b> citando a Linares y Sánchez (2010), “los beneficios también se</p>	<p><b>Linda Lantieri, (2008).</b> “La relajación, en sus distintas técnicas que existen para</p>	<p><b>Valeria Sabater, (2023)</b> No sólo les ayudan a controlar mucho mejor</p>	Según Casal, Lantieri y Sabater coinciden en los beneficios de estrategias de expresión corporal incrementando sus capacidades	Según Casal los beneficios de estas estrategias mejoran las capacidades cognitivas y de atención; <b>Lantieri</b> añade una

	<p>estudiantes con TDAH.</p>	<p>vinculan al control tónico-emocional y al incremento de capacidades cognitivas como la percepción y la memoria visual” (p.92).</p> <p><b>Ficha N° 16</b></p>	<p>llevarse a cabo, produce distintos beneficios en los individuos. De las diez estrategias más utilizadas ninguna implicaba la introspección, la meditación y la</p>	<p>sus emociones además mejoran su capacidad de atención y focalización y se sienten más relajados porque toman mayor conciencia de su cuerpo y de sus procesos, logrando</p>	<p>cognitivas, atención, relajación y mejorando sus habilidades sociales.</p>	<p>dimensión de cómo la relajación impacta la calidad de las interacciones sociales. Cada autor ofrece una perspectiva complementaria sobre los beneficios de la regulación emocional, abarcando tanto el ámbito cognitivo como el social.</p>
--	------------------------------	---	---	---	---	--

			relajación, estrategias que explora este libro. Estas estrategias no solo les ayudarán a dominar mejor el estrés, sino que aumentará la calidad del tiempo que compartan	incluso mejorar sus habilidades comunicativa s.  <b>Ficha N°3</b>		
--	--	--	---	---	--	--

			con sus pares.”  <b>Ficha Nº 8</b>			
Estudiantes con trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH)	Características de los estudiantes con TDAH.	<b>UNIR, Educación, 17/01/2020).</b> Ante la sospecha de un caso de TDAH en clase, es importante que el profesor	<b>APDA 2018)</b> “Los componentes de déficit de atención e hiperactividad , pueden estar presente o predominar cualquiera de	<b>Fundación INGADA, (2021).</b> Además, existe una importante dificultad para regular las	Según UNIR, APDA Y LA FUNDACIÓN INGADA coinciden en reconocer que el TDAH es un trastorno complejo que afecta múltiples áreas del comportamiento y que es importante una evaluación completa y detallada.	Fundación INDAGANOS proporciona un análisis detallado de las dificultades emocionales y sociales que enfrentan los estudiantes con TDAH, como la regulación

		<p>observe y registre los comportamientos del alumno e informe al equipo de orientación del centro. Tomando como referencia la clasificación DSM 5 (Manual</p>	<p>los dos. Su origen suele ser hereditario, se debe a un desbalance químico relacionado con los neurotransmisores dopamina y noradrenalina.”</p> <p><b>Ficha Nº 17</b></p>	<p>emociones, para valorar las consecuencias de los actos, desempeñar trabajos colaborativos y socializarse con sus compañeros de clase.</p> <p><b>Fundació</b></p>		<p>emocional y la socialización.</p> <p>APDA, se enfoca más en los componentes del trastorno en términos de déficit de atención e hiperactividad y su origen, sin entrar en el impacto directo sobre el comportamiento social y emocional.</p> <p>UNIR, no aborda directamente las</p>
--	--	--	---	---	--	--

		Diagnóstico y Estadístico).  <b>Ficha Nº 12</b>		<b>n</b> <b>INGADA,</b> <b>(2021).</b>		dificultades conductuales o emocionales, sino que se enfoca en los pasos iniciales para la identificación del TDAH en un entorno educativo.
	Convivencia con estudiantes con TDAH.	<b>Ortiz, (2022)</b> “el TDAH según indica Marchesí, (2004) afecta significativamente la participación	<b>CADAH (2019)</b> Cuando contamos en la familia con un niño con TDAH, la convivencia	<b>Marchesí (2004)</b> El TDAH también se hace muy latente a la hora de	<b>Según la revista CADAH, en su artículo publicado en el 2019 al igual que Marchesi</b> coinciden en que la convivencia con un niño con TDAH tanto	La convivencia en el aula con estudiantes con TDAH es más ardua, se requiere que el docente y la familia se preparen para poder gestionar y trabajar en

		<p>de los estudiantes en su entorno escolar, disminuyendo su adaptación e integración, llevando a muchos estudiantes a sentirse frustrados con su rendimiento académico y social, por lo</p>	<p>puede tornarse aún más ardua, ya que las manifestacion es del trastorno pueden influir de manera muy negativa tanto en el afectado como en el núcleo familiar.</p>	<p>participar en interacciones cotidianas escolares. Su capacidad de adaptación e integración en los contextos educativos no siempre es el esperado para obtener los objetivos académicos de acuerdo</p>	<p>en la familia como en el colegio muchas veces se torna ardua y complicada, afectando tanto al paciente como a su entorno, transformándose en frustraciones que afectan su normal desarrollo.</p> <p>Por su parte Ortiz refiere que el TDAH afecta de manera negativa en el comportamiento de</p>	<p>conjunto ya que su desarrollo académico y conductual no es en forma regular y puede ocasionar frustraciones en el estudiante.</p>
--	--	--	---	--	---	--

		<p>que no logran alcanzar los objetivos esperados para su etapa de desarrollo” (p,11).</p> <p><b>Ficha N° 17</b></p>	<p>Por ello es imprescindible que los padres aprendan acerca del trastorno y acerca de las formas adecuadas de gestionarlo, para poder ser capaces de crear en el hogar un</p>	<p>con su momento vital. Esto causa que muchos de los alumnos afectados por este trastorno se encuentren frustrados con su desempeño estudiantil y social.</p>	<p>los estudiantes, que muchas veces se sienten frustrados con su rendimiento académico y social.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

			clima favorable para una comunicación . <b>Ficha Nª 18</b>	<b>Ficha Nª 19</b>		
--	--	--	---	--------------------	--	--

Con relación al objetivo específico que hace referencia a identificar las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH, se puede deducir que estas estrategias son efectivas como: enseñar a los estudiantes a respirar profundamente, realizar ejercicios que puedan ayudar a relajarse y manejar mejor las emociones e incorporar movimientos al ritmo de la música, ayudan a los estudiantes con TDAH a concentrarse y a disfrutar del aprendizaje. Tal como refiere la **ficha N° 13** MINEDU, (2016) refiriendo que la expresión corporal es el uso del lenguaje no verbal para transmitir emociones, sentimientos, que a través de gestos, posturas y movimientos facilita la comunicación. Es una herramienta fundamental que les permite

transmitir más allá de las palabras todas sus emociones. Además, fomenta la creatividad, ya que les invita a explorar diferentes formas de expresión a través de su cuerpo.

## ANEXO 5: MATRIZ DE TRIANGULACIÓN POR CATEGORÍAS

**Objetivo específico 2:** Describir los beneficios de las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

UNIDADES DE ANÁLISIS	CATEGORÍAS	FUENTE 1	FUENTE 2	FUENTE 3	COINCIDENCIAS/ DESACUERDOS	CONFRONTACIÓN TEÓRICA
Estrategias de expresión corporal con estudiantes con TDAH.	Tipos de estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con	<b>MINEDU. (2016)</b> La expresión corporal es el uso del lenguaje corporal para comunicar	<b>Carnero, Pérez (2019),</b> afirman que: “La Expresión Corporal significa adquirir conciencia	<b>David Carabias Galindo, (2019).</b> “Esta práctica se traduce en una fuente de ayuda para prosperar,	Según el MINEDU, Carnero, Pérez estas estrategias ayudan a los estudiantes a reducir el estrés, regular sus emociones y lograr	Las estrategias de expresión corporal son aquellas que ayudarán a regular las emociones y la música puede influir en la concentración y organización, facilitando el

	TDAH.	emociones, sentimiento y pensamientos. Implica utilizar el tono de voz, los gestos, mímicas, posturas y movimiento para expresarse, desarrollando la creatividad	del propio cuerpo, con sus movimientos, emociones y modos de reaccionar. Tomar conciencia equivale, en gran medida, a adquirir el propio conocimiento y posibilidad corporal.	pues si introducimos la música en ambientes educativos, con las evidencias clínicas que posee, puede ayudar a este tipo de alumnado a relajarse, controlando mejor su energía,	una adaptación positiva en el aula. En cambio, Carabias afirma que la música puede ayudar a mejorar la concentración y la organización, lo que también puede conducir a un mejor rendimiento académico.	aprendizaje de manera integral.
--	-------	--	---	--	---	---------------------------------

		<p>al usar todos los recursos que ofrecen el cuerpo y el movimiento.</p> <p><b>Ficha N° 13</b></p>	<p><b>Ficha N° 18</b></p>	<p>consiguiendo una mayor capacidad de concentración. La organización y la atención son otros dos grandes retos para ellos, por lo que la idea es proporcionarles herramientas que les sean</p>		
--	--	--	---------------------------	---	--	--

				<p>útiles, ya que la música alcanza partes del cerebro que otras no pueden”.</p> <p><b>Ficha Nº 9</b></p>		
	Beneficios de estrategias de expresión corporal en el trabajo con	<p><b>Casal (2018)</b> citando a Linares y Sánchez (2010), “los beneficios</p>	<p><b>Linda Lantieri, (2008).</b> “La relajación, en sus distintas técnicas que existen para</p>	<p><b>Valeria Sabater, (2023)</b> No sólo les ayudan a controlar mucho mejor</p>	Según Casal, Lantieri y Sabater coinciden en los beneficios de estrategias de expresión corporal incrementando sus capacidades	Según Casal los beneficios de estas estrategias mejoran las capacidades cognitivas y de atención; <b>Lantieri</b> añade una

	<p>estudiantes con TDAH.</p>	<p>también se vinculan al control tónico-emocional y al incremento de capacidades cognitivas como la percepción y la memoria visual” (p.92).</p> <p><b>Ficha N° 16</b></p>	<p>llevarse a cabo, produce distintos beneficios en los individuos. De las diez estrategias más utilizadas ninguna implicaba la introspección, la meditación y la</p>	<p>sus emociones además mejoran su capacidad de atención y focalización y se sienten más relajados porque toman mayor conciencia de su cuerpo y de sus procesos, logrando</p>	<p>cognitivas, atención, relajación y mejorando sus habilidades sociales.</p>	<p>dimensión de cómo la relajación impacta la calidad de las interacciones sociales. Cada autor ofrece una perspectiva complementaria sobre los beneficios de la regulación emocional, abarcando tanto el ámbito cognitivo como el social.</p>
--	------------------------------	--	---	---	---	--

			relajación, estrategias que explora este libro. Estas estrategias no solo les ayudarán a dominar mejor el estrés, sino que aumentará la calidad del tiempo que compartan	incluso mejorar sus habilidades comunicativa s. <b>Ficha Nº3</b>		
--	--	--	---	--	--	--

			con sus pares”.			
			<b>Ficha Nº 8</b>			
Estudiantes con trastorno de déficit de atención e hiperactividad TDAH.	Características de los estudiantes con TDAH.	<b>UNIR, Educación, 17/01/2020)</b> . Ante la sospecha de un caso de TDAH en clase, es importante que el profesor observe y	<b>APDA 2018)</b> “Los componentes de déficit de atención e hiperactividad , pueden estar presente o predominar cualquiera de los dos. Su	<b>Fundación INGADA, (2021).</b> Además, existe una importante dificultad para regular las emociones, para valorar las	Según UNIR, APDA Y LA FUNDACIÓN INGADA coinciden en reconocer que el TDAH es un trastorno complejo que afecta múltiples áreas del comportamiento y que es importante una evaluación completa y detallada.	Fundación INDAGA, nos proporciona un análisis detallado de las dificultades emocionales y sociales que enfrentan los estudiantes con TDAH, como la regulación emocional y la socialización.

		<p>registre los comportamientos del alumno e informe al equipo de orientación del centro. Tomando como referencia la clasificación DSM 5 (Manual Diagnóstico</p>	<p>origen suele ser hereditario, se debe a un desbalance químico relacionado con los neurotransmisores dopamina y norepinefrina.</p> <p><b>Ficha Nº 17</b></p>	<p>consecuencias de los actos, desempeñar trabajos colaborativos y socializarse con sus compañeros de clase.</p> <p><b>Fundación INGADA, (2021).</b></p>		<p>APDA, se enfoca más en los componentes del trastorno en términos de déficit de atención e hiperactividad y su origen, sin entrar en el impacto directo sobre el comportamiento social y emocional.</p> <p>UNIR, no aborda directamente las dificultades conductuales o</p>
--	--	--	--	--	--	---

		y Estadístico).  <b>Ficha Nº 12</b>				emocionales, sino que se enfoca en los pasos iniciales para la identificación del TDAH en un entorno educativo.
	Convivencia con estudiantes con TDAH.	<b>Ortiz, (2022)</b> “el TDAH según indica Marchesí, (2004) afecta significativamente la participación	<b>CADAH (2019)</b> Cuando contamos en la familia con un niño con TDAH, la convivencia puede tornarse aún	<b>Marchesí (2004)</b> El TDAH también se hace muy latente a la hora de participar en interacciones	<b>Según la revista CADAH, en su artículo publicado en el 2019 al igual que Marchesi</b> coinciden en que la convivencia con un niño con TDAH tanto en la familia como en el colegio muchas	La convivencia en el aula con estudiantes con TDAH es más ardua, se requiere que el docente y la familia se preparen para poder gestionar y trabajar en conjunto ya que su desarrollo

		<p>n de los estudiantes en su entorno escolar, disminuyen do su adaptación e integración, llevando a muchos estudiantes a sentirse frustrados con su</p>	<p>más ardua, ya que las manifestacion es del trastorno pueden influir de manera muy negativa tanto en el afectado como en el núcleo familiar. Por ello es imprescindible e que los</p>	<p>cotidianas escolares. Su capacidad de adaptación e integración en los contextos educativos no siempre es el esperado para obtener los objetivos académicos de acuerdo con su momento</p>	<p>veces se torna ardua y complicada, afectando tanto al paciente como a su entorno, transformándose en frustraciones que afectan su normal desarrollo.</p> <p>Por su parte Ortiz refiere que el TDAH afecta de manera negativa en el comportamiento de los estudiantes, que muchas veces se</p>	<p>académico y conductual no es en forma regular y puede ocasionar frustraciones en el estudiante.</p>
--	--	--	---	---	--	--

		<p>rendimiento académico y social, por lo que no logran alcanzar los objetivos esperados para su etapa de desarrollo” (p,11).</p> <p><b>Ficha N° 17</b></p>	<p>padres aprendan acerca del trastorno y acerca de las formas adecuadas de gestionarlo, para poder ser capaces de crear en el hogar un clima favorable para una</p>	<p>vital. Esto causa que muchos de los alumnos afectados por este trastorno se encuentren frustrados con su desempeño estudiantil y social.</p> <p><b>Ficha N° 19</b></p>	<p>sienten frustrados con su rendimiento académico y social.</p>	
--	--	---	--	---	--	--

			comunicación			
			Ficha Nª 18			
<p>En relación con el objetivo específico que hace referencia a describir los beneficios de las estrategias de expresión corporal en el trabajo con estudiantes con TDAH se puede afirmar que: la predisposición a realizar tareas, mejorar su conducta, mejorar la interacción con sus pares y una muestra más accesible y tolerante, son beneficios que ayudaran a concentrarse mejor y desempeñarse de manera más efectiva a los niños con TDAH en la I.E. Tal como refiere la <b>Ficha N° 06</b> de Paula Duato Martínez. (2022), destaca la gran cantidad de beneficios que se obtienen y, generan un impacto positivo en el rendimiento académico y el comportamiento de los estudiantes.</p>						