

# ACOMPañAR A UN NIÑO CON TDAH: CLAVES Y SOLUCIONES EN EL DÍA A DÍA

**Formación para padres, educadores y profesionales que acompañan a niños con TDAH**

Comprender, actuar y acompañar con confianza a un niño con TDAH en su vida cotidiana

<b>Duración :</b> 4 horas	<b>Módulos :</b> 4 módulos
<b>Lecciones :</b> 14 lecciones	<b>Público :</b> Padres, educadores, profesionales de la infancia
<b>Formato :</b> 100 % en línea, asincrónico	<b>Organismo :</b> N° 11757351875
<b>Certificación :</b> Qualiopi	<b>Tarifa :</b> Bajo presupuesto

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

## Descripción de la formación

Esta formación le proporciona pautas claras para entender el trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH) y sus repercusiones en la vida cotidiana. Aprenderá a reconocer los diferentes perfiles (inatento, hiperactivo-impulsivo, mixto) y sus manifestaciones, así como a implementar estrategias concretas para mejorar la concentración, canalizar la energía e instaurar rutinas tranquilizadoras. A través de consejos prácticos y herramientas adaptadas, sabrá acompañar al niño en la escuela y en el hogar, mientras se preserva un clima familiar sereno y positivo. Saldrá con soluciones concretas, fáciles de aplicar en el día a día, para ayudar al niño a gestionar mejor sus dificultades, reforzar su confianza en sí mismo y favorecer su desarrollo.

## Resumen de los módulos

<b>MODULE 1</b>	Comprender el TDAH	3 lecciones
<b>MODULE 2</b>	Estrategias para vivir mejor con el TDAH	3 lecciones
<b>MODULE 3</b>	El papel de la familia	3 lecciones
<b>MODULE 4</b>	DYNSEO para acompañar a un niño con TDAH	5 lecciones

## Objetivos pedagógicos

### Objetivos pedagógicos

- Entender el TDAH, sus síntomas y sus diferentes formas
- Identificar el impacto del TDAH en la vida escolar, las relaciones sociales y la vida familiar
- Implementar rutinas efectivas: planificación visual, tareas fraccionadas, recordatorios
- Valorar los logros y animar al niño en lugar de sancionarlo
- Utilizar el juego y la actividad física para canalizar la energía
- Desarrollar estrategias para mejorar la concentración
- Fomentar la autonomía a través de responsabilidades progresivas
- Mantener un ambiente familiar sereno gracias a reglas claras y comunicación compasiva
- Descubrir cómo COCO PENSAR y COCO MOVER pueden ayudar a los niños con TDAH

## Información general

<b>Duración</b>	4 horas
<b>Público objetivo</b>	Padres, educadores, profesionales de la infancia, cuidadores
<b>Requisitos previos</b>	Ninguno, formación accesible a todo público adulto
<b>Tarifa</b>	Presupuesto a medida - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
<b>Certificación</b>	Qualiopi - Certificado de finalización de formación



**Lección 1 - Síntomas: falta de atención, impulsividad, hiperactividad**

- Dificultad para concentrarse, olvidos frecuentes, distracciones
- Reacciones sin reflexión, interrupciones, dificultad para esperar su turno
- Necesidad real de moverse constantemente
- Variabilidad de perfiles: no todos presentan los tres síntomas
- Niño con TDAH ≠ perezoso o desobediente

**Lección 2 - Las diferentes formas de TDAH**

- TDAH inatento: poca hiperactividad, gran dificultad de concentración
- TDAH hiperactivo-impulsivo: se mueve sin parar, interrumpe
- TDAH mixto: combinación de las dos formas anteriores (más frecuente)
- Variaciones según edad y género: niños más detectados que niñas

**Lección 3 - Impacto en la vida escolar y familiar**

- Dificultades para seguir el ritmo escolar, trabajos incompletos
- Tensiones durante los deberes, disputas con hermanos
- Fatiga y culpa parental
- Pérdida de confianza del niño en sí mismo
- Importancia del acompañamiento comprensivo

**Lección 1 - Organización y rutinas eficaces**

- Planificación visual con pictogramas y colores
- Rutinas fijas para momentos clave del día
- Dividir las tareas en pequeños pasos
- Utilizar recordatorios visuales (listas, post-it, pictogramas)
- Valorar cada éxito para reforzar la motivación

**Lección 2 - Juegos y actividades para canalizar la energía**

- Actividades físicas regulares (deporte, natación, danza, bicicleta)
- Juegos motores cortos en casa (carrera, circuitos)
- Asociar movimiento y aprendizaje (matemáticas con balón)
- Pausas activas durante los deberes (10 min trabajo / 2 min movimiento)
- Elegir actividades que realmente le gusten al niño

**Lección 3 - Fomentar la concentración y la atención**

- Entorno sin distracciones (escritorio despejado, lugar tranquilo)
- Fraccionar el tiempo de trabajo (10-15 minutos con temporizador)
- Instrucciones claras y breves, divididas en pasos
- Variar los soportes (visual, auditivo, manipulativo)
- Ejercicios lúdicos de atención (buscar el intruso, rompecabezas)

**Lección 1 - Mantener un marco tranquilizador**

- Reglas claras y simples (3-4 reglas esenciales formuladas positivamente)
- Constancia en la aplicación de reglas y rutinas
- Transiciones anunciadas con temporizador visual
- Valorar los éxitos más que sancionar los fracasos
- Separar el comportamiento del valor personal del niño

**Lección 2 - Fomentar la autonomía**

- Confiar pequeñas responsabilidades adecuadas a la edad
- Dejar que el niño intente por sí mismo (aceptar resultados imperfectos)
- Ofrecer opciones simples para desarrollar la capacidad de decisión
- Valorar los logros, incluso los pequeños

- Transformar los errores en oportunidades de aprendizaje

### Lección 3 - Mantener un ambiente familiar sereno

- Comunicación compasiva: hablar con calma, escuchar activamente
- Tiempo de calidad compartido (comidas sin pantallas, paseos, juegos)
- Respetar los ritmos de cada uno con momentos de calma
- Gestionar el estrés parental (descanso, pedir ayuda)
- Valorar los pequeños momentos positivos

## MODULE 4

## DYNSEO para acompañar a un niño con TDAH

5 lecciones

### Lección 1 - La aplicación COCO PENSAR y COCO MOVER

- Más de 30 juegos para estimular memoria, atención, lenguaje y lógica
- Pausas deportivas obligatorias cada 15 minutos
- Alternancia entre estimulación cognitiva y actividad física
- Juegos que trabajan la inhibición, la reactividad y la atención selectiva
- Transforma el tiempo de pantalla en un momento útil

### Lección 2 - Herramientas en línea específicas para niños con TDAH

- Ayuda-Memoria de bolsillo: estrategias esenciales en formato compacto
- Plan de acción TDAH y Termómetro de energía (escala visual 5 niveles)
- Mi rutina diaria y Mis señales de alerta (sistema semáforo)
- Tarjetas de regreso a la calma (12 técnicas) y pausas activas
- Herramientas complementarias: temporizador visual, tablero de motivación

### Lección 3 - Casos prácticos - Parte 1

- Caso 1: El caos de la mañana (Lucas, 8 años, TDAH mixto)
- Caso 2: La explosión durante los deberes (Emma, 9 años, TDAH inatento)
- Caso 3: La crisis en el supermercado (Théo, 6 años, TDAH hiperactivo-impulsivo)

### Lección 4 - Casos prácticos - Parte 2

- Caso 4: Los conflictos con los hermanos (Léa, 7 años, TDAH mixto)
- Caso 5: La dificultad para dormir (Nathan, 10 años)
- Caso 6: Las dificultades en la escuela (Inès, 8 años, TDAH inatento)

### Lección 5 - Síntesis y 8 principios clave

- Anticipar y preparar, Utilizar soportes visuales
- Fraccionar y simplificar, Integrar el movimiento
- Intervenir temprano (señales de alerta), Valorar los esfuerzos
- Trabajar en equipo, Ser paciente y constante

## Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible 24/7 desde cualquier dispositivo
- Contenidos multimedia: vídeos, fichas descargables, herramientas interactivas
- Casos prácticos y ejemplos concretos para aplicar inmediatamente
- Cuestionario final para validar los conocimientos adquiridos
- Acceso ilimitado a los recursos y actualizaciones durante 1 año