



# Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

## Horarios visuales para las rutinas diarias

por Kevin Stuckey, M.Ed., CCC-SLP

La importancia de mantener las rutinas diarias tanto en el hogar como en la escuela es muy importante para los niños pequeños. Muchas familias con niños participan en una serie de actividades cada día. Actividades desconocidas en las rutinas diarias pueden hacer que algunos niños experimenten estrés. Es importante enseñar a los niños pequeños las rutinas diarias y promover la transferencia al entorno de aula.

### Rutinas en el hogar

Desarrollar rutinas en el hogar prepara al niño para la escuela y promueve un sentido de seguridad. El uso de ayudas visuales para reforzar las rutinas diarias es beneficioso para los niños. Dado que un niño comprende mucho antes de que pueda expresarse, el uso de ayudas visuales permite a un niño tomar decisiones a una edad temprana.

#### Desayuno, almuerzo, cena y refrigerios:

Es importante programar comidas y refrigerios a la misma hora todos los días. Mantener a un niño en una rutina para la hora de comer ayuda a establecer un sentido de orden y ayuda en la digestión. Para refuerzo visual, haga un horario extenso de cartulina y use Velcro® para adjuntar símbolos para comidas y refrigerios. Si hay cambios en el tiempo, asegúrese de mover el símbolo y discutir el cambio con el niño.



#### Hora de dormir y la hora de la siesta:

Ser coherente con la hora de dormir y la hora de la siesta del niño. Haga que estos tiempos a veces difíciles sean más fáciles para usted y su hijo. Manteniendo una visual programa de símbolos que representan las rutinas de la hora de dormir y la hora de la siesta ayudará al niño comprender esta rutina diaria. Si necesita cambiar estos tiempos, asegúrese de mover el símbolo en el horario y discuta el cambio con el niño.



#### Tiempo de juego y televisión:

Cree un horario visual usando íconos realistas (imágenes) o use juegos disponibles comercialmente para representar las actividades favoritas de su hijo y / o programas de televisión.



#### Tarea:

Cuando un niño llega a la edad escolar, incluya un tiempo para la tarea dentro del horario visual de la tarea para ayudar al niño a adaptarse a esta tarea. Asegúrate para programar un momento en el que tanto usted como su hijo tengan tiempo para trabajar juntos completar las asignaciones.



Continúa en la siguiente página...



# Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres  
(cont.)

## Cambios de fin de semana:

Los fines de semana están llenos de actividades que cambiar el horario del niño. Es importante preparar al niño para estos cambios. Un método para resaltar los diferentes horarios es cambiar el color del tablero de programación para el fin de semana, (es decir, cambiar de cartulina blanca a cartulina de color). Como durante la semana, cambie las imágenes para que se parezcan a las actividades del día. Incorporar en viajes, visitas y cambios de hora de dormir.



## Rutinas en la escuela

Aunque a muchos niños no necesitan horarios visuales para ayudarlos durante todo el día, algunos niños se benefician del refuerzo visual y el anuncio de cualquier cambio en la rutina diaria.

Si no hay un horario visual en el aula del niño, puede agregar actividades escolares a su horario actual en el hogar o hacer un horario escolar adicional con un color diferente en cartulina. También puede ser una buena idea crear un horario del tamaño de una libreta para llevar alrededor como referencia durante todo el día. Utilice diferentes imágenes para ilustrar cada tema o actividad. Para ayudar a promover un sentido de estabilidad y familiaridad en el niño, use las mismas imágenes cada vez.

La implementación efectiva de un horario escolar requiere trabajar en estrecha colaboración con el profesor y siguiendo el horario de clases. Incluya cualquier evento especial como fotos de la clase, asambleas o excursiones. Debe incluir cualquier interrupción en la rutina normal y discútalos con el niño al comienzo del día escolar.

## Eventos inesperados:

Sucedrán cosas que no son comunes a las típicas. Maneje estos cambios de dos maneras. Si puede cambiar el horario antes del evento, hágalo mientras le explica al niño lo que va a suceder. Si esto no es posible, cambie el horario después del evento y explique el cambio al niño lo que él / ella se perderá del horario original.



Más Handy Handouts® GRATIS, visite [www.handyhandouts.com](http://www.handyhandouts.com)