



Horario Visual Diario

Los horarios visuales diarios ofrecen predictibilidad y seguridad para los niños, reduciendo el conflicto e incrementando la cooperación. Utilice las instrucciones y las imágenes descargables para crear un horario visual simple para los niños.

Un horario visual diario crea una sensación de seguridad ofreciendo un patrón predecible y mostrándolo de una manera fácil y accesible. También ayuda a construir funciones ejecutivas como priorización, flexibilización, y manejo de tiempo. Establece un orden del día predecible y ayuda a reducir el conflicto, la incertidumbre y las luchas de poder.

Los adultos piensan en palabras. Los niños piensan en imágenes. Usar imágenes para mostrar a los niños qué viene después ofrece consistencia y predictibilidad que necesitan sus cerebros de una manera visual para que sus cerebros entiendan fácilmente. Estas imágenes descargables ayudan a lograrlo de una manera fácil!

INSTRUCCIONES:

- Escoge un área de alto tráfico en tu casa para poner el horario.
 - o Un corredor o la puerta del closet del niño son ideales.
 - o Asegúrate de que haya espacio suficiente para poner el horario en línea recta.
- Imprime el horario en cartulina o papel grueso.
- Recorta las imágenes.
- Selecciona las tarjetas que muestren elementos esenciales del día del niño.
 - o Asegúrate de tener expectativas reales según la etapa de desarrollo de tu hijo/a y no saturar el horario visual con demasiadas imágenes.
 - o Puedes utilizar seis o siete imágenes por día.

- Puedes necesitar crear imágenes adicionales o imprimir varias de alguna imagen. (Por ejemplo, una familia que tiene un niño que está aprendiendo a usar el baño puede necesitar varias tarjetas con la imagen del baño.)
- Usa cinta adhesiva, Velcro o un producto para pegar y despegar de las paredes las tarjetas con las imágenes en el orden que las vas a organizar.
- A medida que el día pasa, permítele al niño remover cada una de las imágenes cuando la actividad específica haya terminado.
- Cada mañana exhibe el horario visual en el mismo lugar.
- Durante el día, cuando los niños pregunten qué sigue, qué pueden hacer, o cuándo pueden hacer cierta actividad enséñales a buscar información por sí mismos mirando el horario visual. Por ejemplo "Quieres saber cuándo puedes comer tu otra merienda. Vamos y busquemos en el horario visual."
- Hay varios tipos de horarios visuales que pueden ser útil para tu hijo/a:
 - Utiliza un anillo para argollar las tarjetas de imágenes. Ordena las tarjetas cada día en el orden de las actividades.
 - Utiliza una carpeta y organiza las tarjetas de imágenes cada día.
 - Utiliza un cuaderno pequeño y pega la tarjeta de cada imagen en cada página del cuaderno.
 - Horario de Objetos: Utiliza objetos reales en lugar de tarjetas de imágenes. Por ejemplo, utiliza una cuchara en lugar de una imagen para representar la hora del almuerzo, una pelota para representar la hora del juego etc.



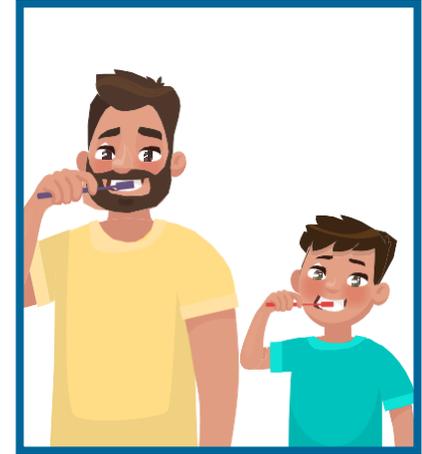
Hora de Despertarse



Hora de Vestirse



Hora de Desayunar



Hora de Lavarse los Dientes



Inicio Brillante



Hora de Jugar



Manualidades



Hora de Jugar Afuera



Hora de Almorzar



Hora de Leer



Hora de la Siesta



Baño



Merienda



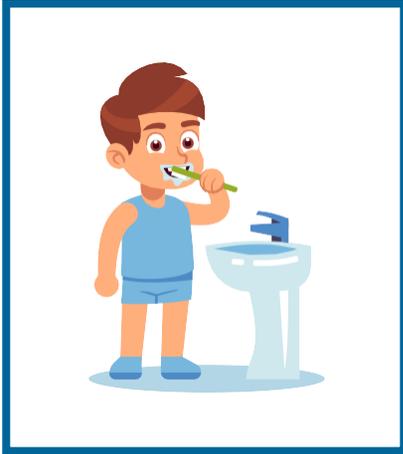
Cena



Hora de la Cama



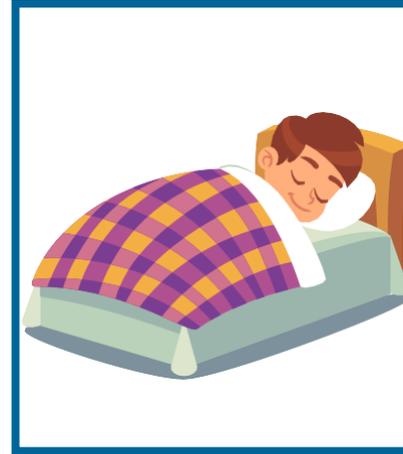
Baño



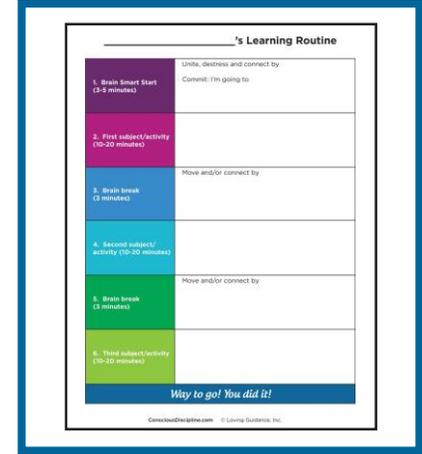
Cepillarme los Dientes



Lectura en la Noche



Hora de Dormir



Rutina de Aprendizaje



Merienda



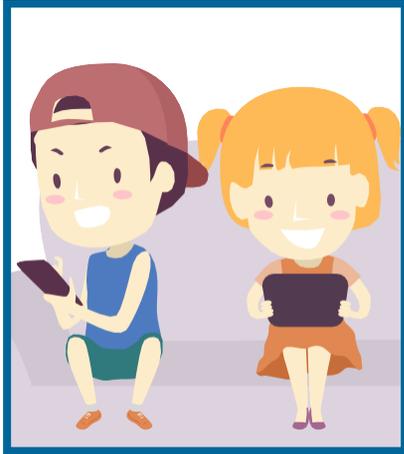
Tiempo de Aprender



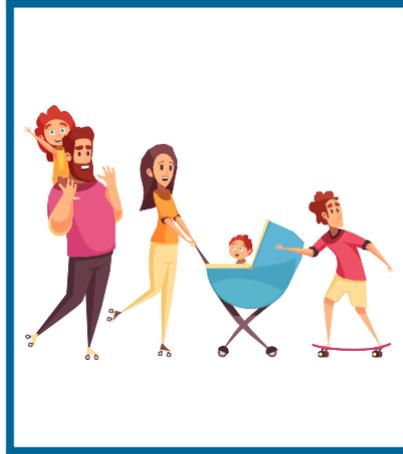
Tiempo Afuera



Baño



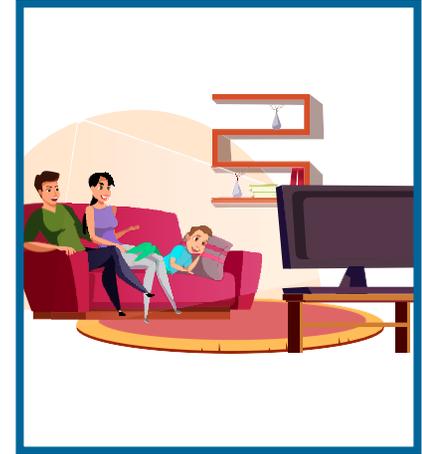
Tiempo Social Virtual



Caminata por el Vecindario



Tiempo de Pantalla



T.V.



Tiempo de Juego en Familia



Tiempo de Escoger