



# Mis logros

Tablero de avances semanales

Nombre: \_\_\_\_\_

Mi gran meta: \_\_\_\_\_

| Mis Tareas<br>(en positivo) | L | M | M | J | V | S | D |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| <hr/> <hr/>                 | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ |
| <hr/> <hr/>                 | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ |
| <hr/> <hr/>                 | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ |
| <hr/> <hr/>                 | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ |

## Mis Privilegios



Gano una estrella inmediatamente al cumplir mi tarea. ¡Lo ganado no se quita!





# Guía para familias

Cómo usar el tablero como herramienta de aprendizaje real

1

## Elige una sola batalla

Conducta observable y alcanzable

No corrijas todo a la vez ni uses metas vagas como 'portarse bien'. Elige algo que puedas ver y contar: 'ponerse el pijama al primer aviso' o 'recoger los juguetes antes de cenar'. Asegúrate de que la tarea sea adecuada para su nivel de desarrollo.

2

## Habla siempre en positivo

El cerebro infantil responde mejor a instrucciones directas

En lugar de 'no grites', escribe: Hablar en voz baja. En lugar de 'no pelear', usa: Pedir turno para jugar. Formular la tarea en positivo le dice al niño exactamente qué hacer.

3

## El canje: privilegios, no objetos

Los mejores premios son momentos contigo

Las estrellas se cambian por reforzadores de respaldo. Prioriza la conexión: 10 minutos de juego especial, elegir el cuento o escoger la música en el auto. Empieza fácil: permite ganar un premio pequeño tras solo 3 estrellas. Luego sube la meta a 5 o 7.

4

## La Regla de Oro

Lo ganado no se quita — jamás

Este es el error más común. Si tu hijo gana una estrella por vestirse solo, pero luego hace un berrinche, no le quites la estrella. Usa otras consecuencias lógicas para el berrinche, pero mantén la integridad del tablero. Quitarlas destruye la confianza del niño en el plan.

5

## Entrega inmediata y elogio

La estrella va justo después de la conducta

Para que el niño asocie el esfuerzo con el logro, pon la estrella en cuanto termine la tarea. Acompáñala de un elogio específico: Te lavaste los dientes apenas te lo pedí. ¡Estrella! El elogio concreto refuerza qué comportamiento fue el valioso.

6

## Revisa y ajusta

Si no gana estrellas en 3 días, algo hay que cambiar

Si pasan 3 días sin ninguna estrella, la meta es demasiado difícil o el premio no le motiva. Ajusta el plan para asegurar que tu hijo experimente el éxito pronto — el éxito temprano construye el hábito de seguir intentándolo.

¿Cuál será la primera tarea específica que pondrás en el tablero esta semana?

