

Recurso: Kit Básico de Pictogramas para Rutinas Visuales

Propósito: Hacer que las tareas diarias abstractas sean visuales, secuenciales y predecibles para el niño. El uso de pictogramas ayuda al niño a concentrarse en el proceso (enfoque BNE) en lugar de reaccionar a una orden verbal, lo que reduce significativamente la resistencia y el conflicto durante las transiciones.

Instrucciones para Padres: Imprime estas tarjetas y úsalas para crear un simple Tablero de Rutina Visual (ej. usando una tira de velcro o imanes en el refrigerador) que muestre al niño el orden de los próximos 3-4 pasos.

Pictogramas Centrales para Rutinas Matutinas y Vespertinas (15 Tarjetas)

Categoría	Acción	Icono Visual (Idea de Dibujo Simplificado)
Higiene	Cepillarse los Dientes	Cepillo de dientes con pasta dental.
	Lavar la Cara	Manos salpicando agua en una cara.
	Lavar las Manos	Manos bajo un grifo abierto.
	Ir al Baño/Orinal	Un inodoro simple.
Vestirse	Ponerse los Pantalones	Un par de pantalones.
	Ponerse la Camiseta	Una camiseta simple.
	Ponerse los Zapatos	Un par de zapatos.
	Ponerse el Abrigo	Un abrigo con cremallera.
Comer	Comer Merienda/Comida	Un plato con un tenedor.
Recoger/Jugar	Tiempo de Jugar	Una pelota y un bloque.
	Recoger	Juguetes siendo colocados en una caja/cesta de juguetes.
Transiciones	Hora de Irse	Un coche pequeño o una puerta con una flecha.
	Tiempo Tranquilo/Leer	Un libro abierto.
	Ir a Dormir	Una luna y estrellas sobre una cama.
Emociones	Elegir un Sentimiento	Una figura de palo con un signo de interrogación (para usar con Palos de Emoción/Caja).

Recurso: Kit Básico de Pictogramas para Rutinas Visuales

GUÍA PARA PADRES: USANDO EL TABLERO DE PICTOGRAMAS

1. El Poder del "Primero/Luego" (Predictibilidad)

Utiliza el tablero de pictogramas para establecer la secuencia "Primero/Luego", lo que previene rabietas al manejar las expectativas.

- En lugar de: "Ve a vestirte y luego puedes jugar." (Demanda verbal)
- Usa el Tablero: Señala la tarjeta de la Camiseta, luego la tarjeta del Pantalón, luego la tarjeta de Tiempo de Jugar. Di: "Primero la camiseta, luego el pantalón, luego tiempo de jugar."

2. Concéntrate en la Finalización y el Esfuerzo

Permite que el niño mueva la tarjeta después de completar el paso. Esto les da una clara sensación de control y logro.

- Cuando el niño termine de ponerse la camiseta, deja que mueva físicamente la tarjeta de la Camiseta a una columna de "HECHO" o a un bolsillo designado.
- Elogia la acción, no la velocidad: "¡Mira cómo moviste la tarjeta de la camiseta! ¡Completaste el paso! Eso demuestra responsabilidad."

3. La Herramienta de "Reinicio" (Enfoque BNE)

Si el niño se atasca o tiene un momento de frustración durante la rutina:

- Ve al tablero y señala suavemente la siguiente tarjeta en la secuencia.
- Di: "El Cerebro Lagarto quiere parar, pero el Capitán necesita mirar el siguiente paso." Esto redirige su enfoque del bloqueo (la frustración) de vuelta al proceso de acción.



Lavarse la cara



Lavarse las manos



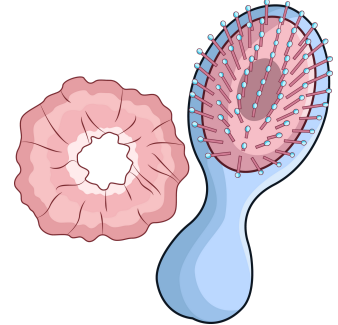
Cepillarse los dientes



Ir al baño



Ponerse pantalones



Cepilla tu cabello



Ponerse la camisa



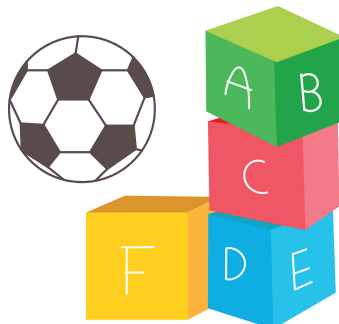
Ponerse los zapatos



Ponerse el abrigo



**Comer un
refrigerio/comida**



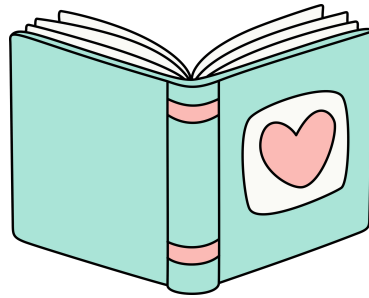
Tiempo de juego



Limpiar



Hora de irse



**Tiempo de tranquilidad/
lectura**



Ir a dormir



Despertar



Tomar un baño



Elegir un sentimiento



Desayunar



Preparar el almuerzo



Ir a la escuela



Decir adiós



Vestirse



Hacer la cama