



Apoyo Para Padres/Cuidadores de Estudiantes Con Altas Necesidades Durante la Pandemia por COVID-19

Bienvenidos a esta guía de recursos. La guía tiene el objetivo de ser una herramienta útil al proporcionar orientación, herramientas y recursos para padres/cuidadores de niños con altas necesidades a fin de respaldar sus esfuerzos por involucrar a su hijo/a en oportunidades de educación continua durante este tiempo tan desafiante.

<u>DESCRIPCIÓN DE LOS RECURSOS</u>	3
<u>INTRODUCCIÓN</u>	4
Algunos Consejos Prácticos	4
Cuidado Personal Para Padres/Cuidadores	6
Preparación del Entorno Para Oportunidades de Educación Continua en el Hogar	7
<u>HABILIDADES DE COMUNICACIÓN</u>	9
Habilidades Sociales	9
Vocabulario Expresivo/Receptivo	12
Comunicación Aumentativa y Alternativa (AAC)	14
<u>ALFABETIZACIÓN</u>	16
Lectura Compartida	16
Acceso a Libros	18
Identificación y Decodificación de Palabras	19
Reconocimiento del Abecedario	20
Reconocimiento Fonológico	21
Compresión	23
Escritura	25
<u>MATEMÁTICAS</u>	27
<u>CIENCIAS/ESTUDIOS SOCIALES/EVENTOS ACTUALES</u>	31
<u>ACTIVIDAD FÍSICA/MOVILIDAD</u>	34
<u>HABILIDADES PARA LA VIDA/HABILIDADES DE AUTOAYUDA</u>	36
Habilidades para la Vida	36
Habilidades de Autoayuda	38
<u>ARTE</u>	40
<u>ACTIVIDADES Y APOYOS SENSORIALES</u>	43



JUEGO Y OCIO

46

SEMINARIOS VIRTUALES DE LA GUÍA DE RECURSOS

49

Seminarios Virtuales

49

Guía de Recursos

54

One-Pager

54

DESCRIPCIÓN DE LOS RECURSOS

El objetivo de esta guía es proporcionar a los padres y cuidadores de estudiantes con altas necesidades orientación, herramientas y recursos para ayudar a respaldar sus esfuerzos al involucrar a su niño o adulto joven en oportunidades de educación continua durante la pandemia por COVID-19. RESC Alliance ha trabajado conjuntamente con el Departamento de Educación del Estado de Connecticut (CSDE), el Centro de orientación para padres de Connecticut (CPAC) y la Asociación de centros privados de educación especial de Connecticut (CAPSEF) para preparar los recursos en línea. Se ha proporcionado una gran cantidad de información y recursos para asistir con la exploración de oportunidades de educación continua para estudiantes con y sin discapacidades. Aun así, sabemos que algunos estudiantes enfrentan desafíos importantes para acceder a la educación a distancia con estos métodos más convencionales. Hay estudiantes que no pueden sentarse frente a una computadora para acceder al aprendizaje. Algunos estudiantes requieren un método integrado de instrucción práctica con habilidades para la vida. Estos recursos se diseñaron con esa población de estudiantes en mente.

Los recursos se organizaron en diez categorías temáticas diferentes y están orientados a asistir a padres/cuidadores en la exploración del mundo de las oportunidades de educación continua. Estos recursos no pretenden reemplazar el trabajo que las familias y el personal del distrito han desarrollado en equipo, y se han diseñado como una herramienta complementaria para ayudar a crear actividades estimulantes para los estudiantes durante el día. Debe saber que durante este tiempo RESC Alliance, CSDE, CPAC y CAPSE han estado trabajando para apoyar a familias y educadores mientras transitamos la pandemia por COVID-19. Es importante que sepa que la información y las condiciones para la salud en nuestro estado están cambiando rápidamente. Por ese motivo le pedimos que entienda que la información que compartimos en este momento deberá actualizarse con frecuencia a medida que haya información nueva disponible.

Puede acceder a la guía de recursos completa a través de la siguiente dirección web: <https://portal.ct.gov/-/media/SDE/Special-Education/Covid/Apoyo-Para-PadresCuidadores-de-Estudiantes-Con-Altas-Necesidaded-Durante-la-Pandemia-por-COVID19Guia.pdf> (para verlo en inglés, <https://tinyurl.com/parentshighneeds covid-19>).

Además, puede usar el siguiente enlace para descargar la guía de recursos [one-pager](#).

Acceda a los seminarios virtuales de la guía de recursos aquí: [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con necesidades importantes durante la pandemia por COVID-19](#).

Introducción

INTRODUCCIÓN PARA PADRES/CUIDADORES DE ESTUDIANTES CON ALTAS NECESIDADES

Apoyar las oportunidades de educación continua para los estudiantes durante la pandemia por COVID-19 es un desafío para cualquier padre/cuidador; sin embargo, es un desafío especial para los estudiantes con altas necesidades. Es de suma importancia la comunicación con los equipos de la escuela, la creación de horarios/rutinas y establecer expectativas.

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Información general e introducción](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Información general e introducción](#).
- [Descargue la presentación sobre Información general e introducción](#).

ALGUNOS CONSEJOS PRÁCTICOS

Será fundamental que mantenga contacto y comunicación frecuente con el equipo de la escuela de su hijo/a. Infórmeles sus prioridades y su cronograma. Trabaje con ellos para determinar las mejores maneras de apoyar y estimular a su hijo/a en oportunidades de educación continua.

- Practique su propio cuidado personal (lea “Cuidado personal para padres/cuidadores”).
- Hable con su hijo/a sobre enfermedades y la COVID-19 (consulte los [Centros para el control y la prevención de enfermedades \(CDC\)](#) o la [Asociación nacional de psicólogos escolares \(NASP\)](#) para obtener información y recursos adicionales).
- Prepare su entorno para el éxito (lea “Preparación del entorno”).

Comuníquese con frecuencia con el equipo de la escuela de su hijo/a ([aquí encontrará sugerencias](#)).

- Cree rutinas y horarios, pero sea flexible con ellos (lea "Preparación del entorno").
- Establezca expectativas de conducta para su hijo/a.
- Recuerde que aprender puede ser divertido - las tareas diarias tienen muchas actividades de aprendizaje integradas - cocinar incluye ciencias y matemáticas, la jardinería enseña sobre la naturaleza y puede inspirar artesanías, y leer juntos enriquece el vocabulario y la escucha.

- Sea amable con usted; recuerde que nadie estaba preparado para esto. Sentir ansiedad, temor o preocupación son reacciones normales a esta situación de crisis. Haga lo que pueda, establezca prioridades y olvídense del desorden de las habitaciones e incluso del tiempo de pantalla que su hijo/a debería tener, pero asegúrese de que sus hijos practiquen conductas virtuales seguras.

Una vez que establezca sus rutinas y horarios, concéntrese en apoyar las oportunidades de educación continua de su hijo/a guiándose por las secciones de contenido académico de este recurso. Recuerde comenzar lentamente con este contenido académico; esperamos que los recursos que incluimos en esta guía ayuden a las familias a identificar oportunidades de aprendizaje naturales para sus hijos también durante la vida cotidiana.

RECURSOS ADICIONALES

- Para obtener más información, visite la página web [Orientación y recursos sobre educación especial para COVID-19](#) de la Oficina de Educación Especial del Departamento de Educación del Estado de Connecticut (CSDE).
- Mire la serie de seminarios virtuales del CSDE, recursos de aprendizaje desde casa para padres/cuidadores de estudiantes con necesidades especiales (incluidos aquellos con discapacidades cognitivas significativas):
 - Mire el [Seminario virtual 1](#) y descargue la [presentación](#) y el [manual](#).
 - Mire el [Seminario virtual 2](#) y descargue la [presentación](#) y el [manual](#).
- Excelente [lista de apoyos visuales para enseñar sobre COVID-19](#) (incluye imágenes y videos) y [aquí también](#).
- [Consejos para que las familias apoyen a sus hijos con discapacidades en formatos virtuales](#)
- [Historia social sobre la COVID-19](#).
- [Ejemplo de apoyo visual de Lesson Pix para gérmenes y lavado de manos](#).
- [Serie de videos La salud en la escuela](#) para trabajar con estudiantes excepcionales durante la pandemia por COVID-19.
- Sugerencias del [Centro de información y recursos para padres](#).
- [4 consejos sobre educación a distancia](#) y [8 consejos sobre cómo dar los primeros pasos](#).
- [Centro de recursos para padres](#) (con videos) del Programa de extensión River Street de CREC.
- [Página de recursos sobre COVID-19](#) del Centro de orientación para padres (CPAC) de CT.
- ¡Y recuerde divertirse!

CUIDADO PERSONAL PARA PADRES/CUIDADORES

Es fundamental que padres y cuidadores se ocupen de ellos mismos, especialmente quienes tengan estudiantes con altas necesidades. Durante tiempos de crisis, como la pandemia por COVID-19, el cuidado personal se vuelve mucho más importante. Los padres y cuidadores deben ocuparse de sí mismos para poder ser cuidadores fuertes y favorables para sus seres queridos. Cada uno de nosotros ha experimentado un incremento del estrés como consecuencia de tener que desempeñar diferentes roles en nuestro entorno hogareño. Esto se magnifica si tiene un familiar que requiere mucha supervisión e involucramiento.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA EL CUIDADO PERSONAL

Existen muchas dimensiones del cuidado personal. Las seis más comunes incluyen:

- Cuidado físico (p. ej., horas de sueño, alimentación, descanso)
- Cuidado emocional (p. ej., control del estrés, compasión)
- Cuidado personal (p. ej., pasatiempos, identidad)
- Cuidado social (p. ej., sistemas de apoyo, redes sociales positivas)
- Cuidado espiritual (p. ej., tiempo en soledad, meditación)
- Cuidado práctico (p. ej., espacio, finanzas, trabajo)

Dados los desafíos que todos enfrentamos, especialmente los padres de niños con altas necesidades, es fundamental que elija al menos algunos de estos elementos de cuidado personal para practicarlos a diario. Intente poner en práctica uno o dos elementos por día, aunque solo sea por 5 a 10 minutos cada uno. Asegúrese también de pedir ayuda a su red de apoyo durante estos tiempos.

RECURSOS ADICIONALES

- [Introducción al cuidado personal](#) y [Plan básico de cuidado personal](#).
- [Consejos de Psychology Today](#).
- [Publicación de blog sobre consejos prácticos de cuidado personal](#).
- [Dimensiones del bienestar](#).
- De Rethink - [Cuidado personal para cuidadores](#).
- [El cuidado personal como aspecto esencial de los cuidadores](#).
- [Ideas para combatir el estrés con su familia](#).
- [Consejos de los CDC sobre estrés y afrontamiento](#).
- [Apoyo para familias durante la COVID-19 - Child Mind Institute](#).
 - [Regístrese para recibir sus consejos diarios](#).

PREPARACIÓN DEL ENTORNO PARA OPORTUNIDADES DE EDUCACIÓN CONTINUA EN EL HOGAR

Si bien se pueden proporcionar actividades enriquecedoras mediante actividades de la vida cotidiana, también es importante para los estudiantes con altas necesidades que cuenten con un lugar organizado y específico para realizar tareas académicas. Esto ayuda a crear las condiciones para realizar actividades académicas, si corresponden para su hijo/a. Asimismo, será muy útil crear un horario y cumplirlo tanto como sea posible, pero sea flexible si no es posible seguirlo en su totalidad. Es posible que el equipo de la escuela le haya proporcionado un horario para que use. Y si necesita ayuda, podrían estar disponibles para asistirlo/a.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LA PREPARACIÓN DEL ENTORNO

Estos son algunos consejos prácticos para preparar el entorno para el aprendizaje:

- Cree un lugar de trabajo físico organizado en su hogar, si corresponde. Debe ser un lugar designado exclusivamente para el aprendizaje. Considere las adaptaciones que recibe su hijo/a en la escuela. ¿Necesita su hijo/a un ambiente libre de distracciones? ¿Un escritorio para trabajar de pie? ¿Una silla saltarina? Mire también [estas ideas](#).
- Cree un horario diario o semanal. Compártalo con el equipo de la escuela. Trabaje con el equipo de la escuela para determinar las prioridades educativas en relación con su hijo/a y luego decida cómo integrar esas prioridades en su día.
 - [Eche un vistazo a estos ejemplos de horarios semanales](#), por grado, con apoyos del Departamento de Educación de Nebraska. [Este es un ejemplo](#) de un horario completado por un estudiante, y [este enlace](#) tiene una plantilla para usar como horario semanal.
- Use horarios visuales para el horario diario completo (entre actividades) y durante las actividades (dentro de las actividades) para estimular la independencia y la motivación.
 - Este es [un excelente recurso](#) para comenzar, o puede hablar con su equipo de la escuela. Aquí [hay un video](#) sobre cómo usar un horario visual. Al crear horarios diarios, asegúrese de incluir recesos sensoriales (vinculados a los sentidos) durante el día según sean necesarios. Consulte con el equipo de la escuela, especialmente con los terapeutas ocupacionales, para determinar los tipos de recesos adecuados y cuándo usarlos.

- Pruebe con una [tarjeta "primero/luego"](#) para ayudar a su hijo/a a completar las tareas que menos disfruta. Este es un [enlace a un video](#) donde se describen las tarjetas "primero/luego".
- Un [tablero de motivación](#) también puede ser una herramienta útil para motivar a su hijo/a para que complete sus tareas o alcance un objetivo. Este es un [video de ejemplo](#).
- Trabaje con su equipo de la escuela para determinar si pueden enviarle apoyos visuales como horarios, tarjetas primero/luego y tableros de motivación por correo o si puede retirarlos por la escuela.

RECURSOS ADICIONALES

- [Hands in Autism](#) de la facultad de Medicina de Indiana tiene algunos recursos prácticos y plantillas para crear apoyos visuales.
- [Lesson Pix](#) es un programa en línea relativamente accesible para crear apoyos visuales con muchas plantillas prediseñadas disponibles.
- [Boardmaker en línea](#) extendió su prueba gratuita por 90 días y ofrece una gran cantidad de horarios prediseñados y material académico.
- [Apoyos visuales prediseñados](#) y [aquí también](#).
- [Lista revisada de herramientas de aprendizaje que incluyen apoyos visuales prediseñados](#).

Habilidades de Comunicación

APOYOS PARA LAS HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales son las habilidades necesarias para interactuar con otros en sociedad y se ven afectadas por el modo o medio de comunicación de la persona y por la eficacia con la que use sus habilidades de comunicación. Las habilidades sociales pueden ser difíciles para los niños con altas necesidades ya que la expectativa de lo que se considera una habilidad social adecuada varía ampliamente entre diferentes actividades. Por ejemplo, si la empleada de su tienda de comestibles favorita dice "hola", usted puede saludar con la mano y decir hola, pero si la abuela dice "hola", probablemente también espere recibir un abrazo (antes de la COVID-19). Algunos de nuestros estudiantes que son muy sociables podrían tener dificultad para entender el distanciamiento social y podrían necesitar instrucciones explícitas sobre distanciamiento social durante la COVID-19. Estas reglas sociales cambiantes son incluso más difíciles para los niños que tienen dificultades para diferenciar habilidades sociales durante este tiempo de emergencia.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LAS HABILIDADES SOCIALES

La comunicación es clave en el desarrollo de habilidades sociales efectivas. Su hijo/a podrá usar formas únicas de comunicarse, que abarcan desde el lenguaje corporal y las expresiones faciales hasta usar cualquier cantidad de formas verbales y no verbales para expresarse, y podría necesitar apoyo mediante estrategias y herramientas de comunicación asistivas o aumentativas.

Durante este tiempo de órdenes de permanecer seguro y quedarnos en casa, cierres de escuelas y distanciamiento social, los métodos de comunicación con otros, las habilidades necesarias para lograr interacciones sociales exitosas y las oportunidades disponibles para que su hijo/a se comunique de forma eficaz y expanda sus habilidades sociales han cambiado. Sin embargo, los padres, familiares y cuidadores en el hogar desempeñan un rol importante de apoyo en el desarrollo de habilidades sociales. El modelado de conductas sociales constante y apropiado, las situaciones de representación de roles y las expectativas sociales, proporcionar oportunidades para que su hijo/a "ensaye" diferentes situaciones usando historias sociales y guiones, e identificar reglas sociales para su hijo/a usando pistas verbales o visuales son formas eficaces de estimular y expandir el desarrollo de las habilidades sociales.

Durante la COVID-19, una de las formas más simples de practicar habilidades sociales entre los estudiantes con altas necesidades podría ser la participación adecuada en video llamadas. Las video llamadas son cada vez más comunes en nuestra sociedad. Las video llamadas generalmente tienen más sentido para mis estudiantes con necesidades de apoyo. Estas son algunas estrategias que pueden ayudar:

- Pídale a la persona que llama que muestre apoyos visuales, como una tarjeta que diga "¡Hola!" para apoyar al estudiante cuando se conecte por primera vez. Para los estudiantes con altas necesidades, [proporcione una historia social](#) (o [aquí](#)), o un video sobre lo que se espera durante ese tiempo. Para los niños que presentan más ansiedad al participar en una video llamada, o cuyo lenguaje está más afectado, elabore un horario visual rápido para que puedan visualizar el final. También recomendamos que refuerce sistemáticamente la tolerancia a la video llamada. En la primera video llamada, quizá solo necesiten saludar con la mano. Luego, en la llamada siguiente deben saludar y decir "hola", etc. El refuerzo y los finales exitosos pueden aumentar la confianza del niño en la próxima llamada. Al igual que limitar las primeras video llamadas a una o dos personas hasta que el niño gane confianza, especialmente si no disfruta de grupos numerosos en persona. Cuando sea necesario realizar video llamadas con grupos grandes, considere implementar una política en la que solo una persona tenga el micrófono abierto a la vez para que no resulte tan agobiante para su hijo/a.

Otra manera de practicar habilidades sociales en el hogar, que imiten algunas de las habilidades necesarias para la escuela, es la práctica de habilidades sociales con hermanos. Los hermanos son compañeros de por vida en la comunicación para los niños con altas necesidades. Puede hacer que los hermanos jueguen juntos, lo que brinda la oportunidad de practicar: tomar turnos, pedir turnos, qué decir cuando gana, qué decir cuando pierde, seguir las reglas de un juego y muchas otras habilidades sociales importantes.

Por último, mediante el uso de algunas de las herramientas que se mencionaron anteriormente, como historias sociales, horarios y videos ejemplificadores, prepare a su hijo/a para las expectativas sociales modificadas cuando comience. Algunos niños con altas necesidades podrían presentar una actitud sensorial defensiva que les dificulte seguir las pautas para usar equipos de protección adecuados si no reciben apoyo. Podrían no comprender cómo se ven 6 pies de distancia, por lo que sería necesario que prepare a su hijo/a practicando o mostrándole que se parará "a esta distancia" de la siguiente persona. Estas expectativas sociales modificadas deberían ser más fáciles de seguir para algunos estudiantes, ya que podrían no están tan interesados en

interactuar con el público, pero para otros podría ser muy difícil, especialmente si ven a alguien que conocen.

RECURSOS ADICIONALES

- <https://everydayspeech.com/parents-and-families/> - Prueba gratuita por 30 días para familias.
- <https://www.socialthinking.com/free-stuff> - Sección gratuita en el sitio web de Social Thinking con apoyos visuales, libros y videos de acceso gratuito para las familias.
- <https://videolearningsquad.com/courses/free-access-social-skills-squad/> - Gratis durante la COVID-19.
- <https://communicationmatrix.org/Community/Posts/Content/8587> - Videos publicados de hermanos y usuarios de AAC interactuando socialmente.
- https://www.youtube.com/watch?v=kfM1tnwNRH4&list=PL1IW-5upaaNdexkYkSSCfyQr09xl8D_KI - Lista de reproducción en YouTube de un patólogo del habla y el lenguaje donde se detalla información sobre diferentes habilidades sociales.
- Guiones [para usar como apoyo en Zoom](#) y guiones [para Google Meet](#).
- [Consejos para hablar por video llamada](#) con niños con autismo.

APOYOS PARA EL VOCABULARIO EXPRESIVO/RECEPTIVO

El vocabulario es tan importante para todos nosotros. Nos permite entender conversaciones, leer libros y expresarnos mediante el habla y la escritura. Las investigaciones muestran que los niños con alta necesidad de apoyo generalmente requieren la instrucción directa y exposiciones repetidas para aprender palabras. Nuestros niños con las necesidades más altas requieren la práctica repetida y directa de la escucha y el uso de esas palabras durante diversas actividades con diferentes interlocutores. El vocabulario es fundamental para la comunicación básica. Un niño puede tener todos los sonidos del habla y todas las habilidades sociales, pero si no sabe pronunciar la palabra para banana, no podrá recibir una banana en su desayuno. Para muchos estudiantes con alta necesidad de apoyo, incluso cuando conocen la palabra específica, se les dificulta recordar esas palabras cuando las necesitan. Para esos niños, es importante que proporcionemos apoyos visuales para su lenguaje, y que desarrollen su vocabulario de categorías y palabras descriptivas, para que puedan describir la palabra en la que están pensando cuando la olviden.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA EL VOCABULARIO EXPRESIVO/RECEPTIVO

Los niños con retraso del lenguaje receptivo tienen dificultad con habilidades como comprender indicaciones, comprender las historias que se les leen, identificar elementos de vocabulario y responder preguntas. Los niños con dificultades del lenguaje expresivo podrían tener dificultad para etiquetar objetos del entorno, describir acciones y eventos, juntar palabras para formar oraciones, usar la gramática correctamente, volver a contar una historia, responder preguntas y escribir un cuento. Las actividades orientadas a respaldar las habilidades receptivas, o a la comprensión del lenguaje y el desarrollo de las habilidades expresivas mediante el uso de vocabulario, se pueden incorporar a cada componente del día de un niño mediante el modelado y la verificación del nivel de comprensión que tiene el niño del lenguaje expresivo de otros. Sin embargo, algunos juegos familiares divertidos para respaldar el lenguaje podrían incluir una búsqueda del tesoro (usando imágenes o pistas escritas); I Spy, que estimulará la concentración y ampliará la comprensión de descriptores; y juegos de secuenciación de historias para estimular la repetición de historias. Una actividad que puede ser divertida para todos es mirar álbumes de fotos para hablar sobre las fotos y concentrarse en preguntas que respondan a "quién", "qué" y "dónde". Aproveche cada oportunidad para estimular respuestas verbales y no verbales a preguntas o pedidos durante las actividades diarias y verifique el nivel de comprensión

que tiene su hijo/a, mediante sus palabras o acciones, de las indicaciones que usted le da.

RECURSOS ADICIONALES

- [Canal de YouTube divertido con canciones e historias orientadas a ayudar a desarrollar vocabulario básico.](#)
- [Esta página de recursos](#) tiene algunos consejos para ampliar el vocabulario y enlaces a una variedad de actividades de vocabulario gratuitas y listas para imprimir.
- [El canal de YouTube de un patólogo del habla y el lenguaje](#) que ha reunido videos para enseñar diferentes conceptos de vocabulario que incluyen: conceptos básicos, vocabulario de palabras visuales, sinónimos, antónimos, etc.
- [Archivo imprimible gratuito sobre categorías](#) creado por un patólogo del habla y el lenguaje, que también es analista conductual acreditado.
- [Bitsboard](#) es una aplicación gratuita para iPad que le permite elaborar o descargar listas de vocabulario, y permite que los niños accedan a esas listas usando diferentes "juegos", que incluyen tarjetas didácticas, bingo, deletreo, etc.

APOYOS PARA LA COMUNICACIÓN AUMENTATIVA Y ALTERNATIVA (AAC)

La comunicación aumentativa y alternativa (AAC, por sus siglas en inglés) incorpora estrategias que expanden o mejoran el habla para incrementar las habilidades de comunicación. Algunos niños pueden tener dificultad para expresar sus necesidades verbalmente y podrían necesitar métodos de AAC para apoyar o reemplazar el habla o la escritura. La AAC incluye una variedad de herramientas, desde menos tecnológicas, como apoyos con imágenes y expresiones faciales, hasta de alta tecnología, como dispositivos de comunicación con salida de voz y visualización dinámica. Consulte con los maestros y el equipo de la escuela de su hijo/a para informarse sobre las estrategias y las herramientas que se utilizan en la escuela, y luego identifique el método o los métodos que mejor funcionarían con su hijo/a en el hogar y compártalos con el equipo o el/la maestro/a de su hijo/a.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LA ACC

El hogar es un lugar activo, especialmente durante estos días de quedarnos en casa y permanecer seguros. Dos elementos clave en los que debe concentrarse para abordar las necesidades de comunicación de su hijo/a y mejorar el funcionamiento cotidiano del hogar son:

- Asegurarse de que su hijo/a tenga acceso a su sistema de AAC, y
- Alentar a todos en el hogar para que usen el sistema de AAC durante el día de una forma muy funcional.

Incorporar el uso de los apoyos para la ACC en el hogar puede ser divertido y motivador para su hijo/a, quien podría tener dificultad con la comunicación oral o escrita, y podría aumentar su participación e interacción con familiares y cuidadores. Simplemente señalando palabras clave en el sistema de comunicación de su hijo/a mientras le habla lo/la ayudará a entender su lenguaje y usar el sistema de comunicación. [Practical AAC](#) ofrece una variedad de videos que muestran esta técnica.

Las estrategias de ACC también se pueden incorporar a las rutinas típicas de su hijo/a. Trabaje con el equipo de la escuela para [crear un horario diario](#) y determinar el vocabulario y las estrategias que se pueden respaldar dentro de las rutinas típicas. El siguiente horario de ejemplo es de [este seminario virtual](#).

Elabore un horario para cada día

Ejemplo de palabras objetivo: Arriba y abajo

¿Cuándo?	¿Qué?	¿Quién?	¿Cómo?
8 - 9 a.m.	Rutina de la mañana	Todos <escriba aquí los nombres>	<ul style="list-style-type: none">• Al despertar (despertar, levantarse, estoy arriba, estás arriba)• Al usar el baño (sentarse, bajarse los pantalones, pararse)• Al lavarse las manos (arremangarse, el agua baja)• En el desayuno (sube la cuchara, la comida está allí arriba, baja la cuchara)• Al lavarse los dientes (cepillarse hacia arriba y hacia abajo)• Al vestirse (bajarse los pijamas, levantar los brazos)
9 - 10 a.m.	Arte: Play-Doh	<Escribir los nombres>	<ul style="list-style-type: none">• Construirlo. Se cayó para abajo. Está abajo en el fondo. Está arriba en la parte superior. Lo empujé hacia abajo. Lo jalé hacia arriba. Recoger.

RECURSOS ADICIONALES

- [11 maneras de comunicarse con niños con necesidades especiales.](#)
- [Consejos de comunicación de padres para padres y cuidadores de niños no verbales.](#)
- [Cinco estrategias prácticas que le darán voz a su hijo/a.](#)
- [Consejos para estimular el desarrollo del lenguaje en su hijo/a no verbal.](#)
- [Introducción a la AAC.](#)

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Habilidades de comunicación](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Habilidades de comunicación.](#)
- [Descargue la presentación sobre Habilidades de comunicación.](#)

Alfabetización

APOYOS PARA LECTURA COMPARTIDA

La lectura compartida es una experiencia de lectura interactiva que ocurre cuando los estudiantes se unen o comparten la lectura de un libro u otro texto guiados y apoyados por un adulto. El adulto demuestra explícitamente las habilidades de un lector experto, que incluyen leer con fluidez y expresividad (Reading Rockets, 2020).

La lectura compartida es una estrategia que puede respaldar la enseñanza de los seis elementos principales de la lectura:

- lenguaje oral,
- experiencias tempranas con textos impresos,
- reconocimiento de sonido y habla (conciencia fonológica),
- fonética,
- vocabulario, y
- fluidez y comprensión.

El rol del adulto en la lectura compartida es:

- fomentar la comunicación en TODO momento;
- responder a cualquier forma de comunicación y conferir significado;
- conectar el contenido del libro con conocimientos y experiencias personales del estudiante;
- modelar el uso de los sistemas de comunicación aumentativa y alternativa (ACC); y
- seleccionar libros cuidadosamente (Erickson and Koppenhaver, 2020).

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LECTURA COMPARTIDA

A continuación, se indican estrategias que ayudarán con la lectura compartida. Primero, escoja un libro motivacional. Luego, siga la estrategia **CAR** (Notari-Syverson, Maddox, y Cole, 1999). **CAR** es una estrategia para estructurar interacciones de lectura compartida.

- **Comience con un Comentario**
 - Deténgase y espere 5+ segundos
- **Haga (en inglés, “Ask”) una pregunta**
 - Deténgase y espere 5+ segundos
- **Responda agregando más contenido**

Poner a la multitud (**CROWD**) en el coche (**CAR**):

- **Completar:** Deje un espacio en blanco al final de una oración y los estudiantes deberán completarla; generalmente se usa en libros con frases repetitivas o rimas: "Oso pardo, ¿qué _____?".
- **Recordar:** Preguntas sobre lo que acaba de ocurrir: "¿A dónde fue?".
- **Final abierto (en inglés, "Open-ended"):** Preguntas que no tienen una respuesta específica, "Dime qué ocurre en esta imagen".
- **Preguntas informativas (en inglés, "Wh questions"):** Preguntas que generalmente se centran en las imágenes, "¿Qué tiene ese hombre?".
- **Distancia:** Preguntas que crean una conexión entre el libro y la experiencia personal, "Había animales de granja en el libro. ¿Qué animales viste en la granja?".

RECURSOS ADICIONALES

- [TarHeel Shared Reader.](#)
- [Guía de inicio rápido de TarHeel Shared Reader.](#)
- [Módulo en línea para aprender más sobre lectura compartida.](#)
- [La mejor fuente de contenido de alfabetización y para estudiantes con altas necesidades.](#)
- [Módulo de lectura compartida de Project Core.](#)

ACCESO A LIBROS

Es importante que nuestros estudiantes con altas necesidades puedan acceder a libros de forma eficaz y efectiva. Los estudiantes con altas necesidades podrían requerir apoyos para acceder físicamente a los libros si no pueden tomarlos y pasar las páginas o acceder visualmente a ellos de forma independiente. Asimismo, los estudiantes con altas necesidades podrían requerir que los textos sean más interactivos y atractivos.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA EL ACCESO A LIBROS

Acceso físico a libros:

- Hay muchas maneras de adaptar libros según las necesidades del estudiante. Comuníquese con el equipo de la escuela de su hijo/a para averiguar cómo han adaptado los libros para su hijo/a anteriormente y preguntar si puede tomarlos prestados, respetando siempre el distanciamiento social y las recomendaciones en relación con la COVID-19. También puede intentar adaptar sus propios libros según sea necesario. El sitio web [Literacy For All](#) incluye algunas ideas geniales para adaptar libros con el objetivo de lograr una mayor durabilidad, acceso físico al cambio de páginas y acceso por interruptor.

Cómo aumentar la atracción por los libros:

- Algunos estudiantes también podrían requerir estrategias/apoyos más interactivos y/o multisensoriales para involucrarse con los libros. Considere incrementar los [componentes táctiles de los libros](#). También hay muchas herramientas digitales disponibles para libros interactivos como [Epic!](#), [BookFlix](#) y [Storyline Online](#), la mayoría de las cuales son gratuitas.

RECURSOS ADICIONALES

- [Sherlock Center for Adapted Books \(PowerPoints gratis\)](#).
- [Gran cantidad de libros adaptados, algunos gratis, otros de pago](#).
- [Gran cantidad de información sobre libros adaptados de Praactical AAC](#).
- [Recursos e indicaciones para el kit de libros táctiles](#).
- [Bookshare](#) y [Learning Ally](#): Las personas con discapacidades para leer material impreso, como dislexia, ceguera, parálisis cerebral y otros obstáculos para la lectura, pueden acceder a libros digitales en línea. Los textos electrónicos están disponibles en audio, audio + texto resaltado, braille, tamaño de fuente grande y otros formatos, y se puede acceder a ellos a través de diferentes dispositivos.

APOYOS PARA LA IDENTIFICACIÓN Y DECODIFICACIÓN DE PALABRAS

La identificación y decodificación de palabras generalmente se conoce como "tareas con palabras". Las tareas con palabras ayudan a los estudiantes a aprender patrones de la ortografía del inglés y a usarlos para después poder leer y pronunciar. Los estudiantes con altas necesidades pueden trabajar en tareas con palabras durante el día.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LA IDENTIFICACIÓN Y DECODIFICACIÓN DE PALABRAS

Será importante que trabaje con el equipo de la escuela para determinar los apoyos de alfabetización que han puesto en práctica con su hijo/a. Si su hijo/a se encuentra en un nivel de alfabetización inicial o "emergente", las actividades para apoyar la identificación y decodificación de palabras pueden incluir:

- Rimas
- Ritmo
- Repetición
- Aliteración y predecibilidad

Algunos consejos para estimular estas habilidades:

- Lea libros del abecedario con su hijo/a
- Señale las letras y los sonidos de las letras en los libros y en su entorno
- Hable sobre las letras y los sonidos cuando las vea
- Tenga algunas letras a mano para jugar con ellas

Si su hijo/a está empezando a leer en un nivel más convencional, lo que significa que reconoce la mayoría de las letras la mayor parte del tiempo, puede trabajar con tareas con palabras, que incluyen formar palabras, categorías de palabras y transferencia, actividades en pared de palabras y enseñanza de palabras clave. Para acceder a ideas rápidas sobre cómo proporcionar algunas de estas experiencias, visite el sitio web [Literacy for All](#).

RECURSOS ADICIONALES

- [Literacy for All](#), sitio web para [lectores emergentes](#) y [convencionales](#).
- Lista de [libros del abecedario](#).
- [Lista de libros de rimas de PBS](#).

APOYOS PARA EL RECONOCIMIENTO DEL ABECEDARIO

El reconocimiento del abecedario es el aprendizaje de lo que son las letras. Es una habilidad importante que los estudiantes deben aprender para poder leer.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA EL RECONOCIMIENTO DEL ABECEDARIO

(Extraído del módulo de Reconocimiento del abecedario y reconocimiento fonético de Project Core)

Hay muchas maneras divertidas de enseñar el abecedario a los niños. Estas son algunas sugerencias para ponerlo en práctica durante el día:

- Leer libros del abecedario: los libros del abecedario son especialmente útiles porque destacan letras individuales y usan las letras de formas significativas. Hay muchos libros del abecedario que puede encontrar en línea y que incluyen desde tarheelreader.org, su biblioteca pública, o bien puede crear sus propios libros del abecedario tomando fotos de elementos significativos en el hogar.
- Mientras lea libros del abecedario, concéntrese en los nombres y los sonidos de las letras. Por ejemplo, cuando lea un libro del abecedario con su hijo/a, señale la A mayúscula y luego la "a" minúscula en la palabra ambulancia, mientras dice el nombre de la letra A.
- Señale letras en el entorno y durante las actividades de todos los días. Señale letras en envases y etiquetas, en carteles callejeros, en edificios. Señale letras en todo lo que use o vea. Por ejemplo, podría señalar la J en Juicy Juice diciendo algo como "Juicy, Juice, J. J."
- Puede jugar a las cartas con el abecedario. Use cartas de abecedario con 2 o 4 de cada letra, y puede jugar juegos de cartas clásicos como "Go Fish" y "Slap Jack". En Go Fish, los estudiantes piden o les muestran a los demás la carta que están buscando. En Slap Jack, todos colocan una mano sobre la "M" o cualquier otra letra que escoja el grupo. Podría ser necesario modificar estos juegos para que sean accesibles, pero jugar con el abecedario de esta manera es una forma más de ayudar a los estudiantes a que aprendan el abecedario.
- Los nombres de los niños ofrecen otra excelente oportunidad para enseñar el abecedario. Podemos encontrar más motivos para usar el nombre de un niño que el de cualquier otra palabra. Desde luego, otras palabras aparecen con más frecuencia en el entorno, pero ninguna otra palabra aparece con más frecuencia en sus vidas. Como el objetivo es ayudar a los niños a que aprendan las letras de sus nombres, evite la copia, el seguimiento de puntos y los sellos con el nombre. Ninguno de estos formatos ayuda a los niños a prestar atención a las letras individuales de su nombre.

RECURSOS ADICIONALES

- [Manual con ideas para apoyar el aprendizaje del abecedario.](#)
- [Sugerencias de Scholastic para padres sobre cómo apoyar el aprendizaje del abecedario.](#)
- [Sugerencias de Reading Rockets.](#)
- [Principio alfabético.](#)

APOYOS PARA EL RECONOCIMIENTO FONOLÓGICO

El reconocimiento fonológico se centra en la capacidad para identificar y manipular palabras y sonidos en el lenguaje hablado. En sus primeras fases, el reconocimiento fonológico se concentra en escuchar la diferencia entre palabras. A medida que los estudiantes comienzan a desarrollar la habilidad de distinguir entre palabras, empiezan a reconocer la cantidad de sílabas o partes de las palabras. Los estudiantes también empiezan a reconocer palabras que comienzan con los mismos sonidos, como "go" y "good" (ir y bueno), y palabras que riman o terminan de la misma manera, como "look" y "book" (mirar y libro).

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA EL RECONOCIMIENTO FONOLÓGICO

El reconocimiento fonológico se puede respaldar durante el día mediante actividades significativas:

- Puede trabajar en algunos aspectos del reconocimiento fonológico durante la enseñanza del abecedario. Por ejemplo, puede identificar objetos y fotos de cosas que comienzan con la letra que está enseñando. Este enfoque en el sonido de la letra al inicio de la palabra representa una actividad con el abecedario y le agrega la enseñanza del reconocimiento fonológico. Puede incluir raps, rimas y poemas en sus actividades grupales o de lectura compartida. Desarrollar el reconocimiento de las rimas que aparecen en raps, rimas y poemas ayuda a construir el reconocimiento fonológico. Asimismo, los trabalenguas se enfocan en los sonidos iniciales de las palabras y apoyan el desarrollo del reconocimiento fonológico.
- También hay varias actividades "esponja" que se centran en el reconocimiento fonológico. Las actividades "esponja" son esas pequeñas cosas que puede hacer entre otras rutinas para aprovechar esos tiempos breves de enseñanza. Por ejemplo, podría aplaudir las sílabas del nombre de su hijo/a mientras lo/la llama para que se sume a una actividad. También podría hacer que su hijo/a escuche palabras y decida si son iguales o diferentes, o que escuche el inicio o el final de las palabras para decidir si son iguales o diferentes.
- Recuerde que, si la actividad se concentra en las letras, todos los niños deben tener acceso a cada una de las letras del abecedario, no solo a la o las letras que componen la actividad. Esto generalmente implica la creación de materiales que ofrezcan contraste de colores, tamaño de fuente grande, negrita, braille o sistemas de apoyo para fijar la mirada. También podría implicar la provisión de acceso a tecnologías como tablets o computadoras. Estas herramientas apoyan la escritura y son fundamentales a medida que los estudiantes desarrollan el reconocimiento del abecedario y el reconocimiento fonológico. Trabaje con el equipo de la escuela para asegurarse de tener y estar usando el material más accesible para su hijo/a.



RECURSOS ADICIONALES

- [Módulo de reconocimiento del abecedario y reconocimiento fonológico de Project Core.](#)
- [Reading Rockets.](#)
- [Ideas para el reconocimiento fonémico.](#)
- [Guía a diversos artículos sobre reconocimiento fonémico.](#)

APOYOS PARA LA COMPRESIÓN

Si bien la capacidad de leer palabras es muy importante, también lo es la capacidad de su hijo/a de comprender, o entender, el texto que está leyendo. Esto puede representar un desafío para muchos niños con altas necesidades.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LA COMPRESIÓN

Para que los niños puedan comprender una historia, primero deben poder prestarle atención a la historia. Algunas sugerencias para lograrlo incluyen:

- Trabajar con el equipo de la escuela para ayudar a proporcionar textos significativos e interesantes.
- Adaptar libros agregando texturas, elementos manipulativos o sonidos (consulte la sección "Acceso a libros" más arriba).
- Seleccionar libros que incluyan temas, personajes o programas de televisión favoritos.
- Si a su hijo/a le gusta mirar fotos de ellos mismos, de la familia o los amigos, cree sus propios libros en los que esas personas sean los personajes de la historia.
- Podría hacer que su hijo/a participe en el proceso de escritura pidiéndole que elija elementos de la casa o el jardín para incluir en la historia. Por ejemplo, "Goodnight Moon" (Buenas noches luna) puede modificarse mencionando todos los elementos de la habitación de su hijo/a.
- Mientras lee, puede usar en el enfoque CAR (consulte la sección "Lectura compartida" más arriba) para concentrarse en lo que aparece en cada página. Recuerde profundizar en las respuestas de su hijo/a. En lecturas repetidas, puede cambiar el enfoque para cada lectura, una vez puede concentrarse en identificar y profundizar sobre las personas, otras veces sobre los lugares, otras sobre las cosas que le gustan a su hijo/a, cosas que no le gustan, etc.

A medida que su hijo/a aumenta su capacidad de concentrarse en el libro y responder preguntas básicas, puede profundizar en su comprensión usando las estrategias que se describen a continuación, que se adaptaron de [Actividad dirigida de lectura y razonamiento \(DR-TA\) de Dynamic Learning y otros enfoques para la comprensión de textos](#). Trabaje con el equipo de la escuela para ayudar a determinar los textos adecuados para su hijo/a. Algunas sugerencias para lograrlo incluyen:

- Lea textos motivadores muchas veces, aunque ya esté cansado/a de hacerlo. Puede usar algunas de las estrategias adicionales que se indican a continuación para "resignificar" el libro.

- Realice una vista previa inicial del libro hablando sobre el título y observando las primeras imágenes; pregúntele a su hijo/a qué cree que ocurrirá.
- Haga preguntas para obtener más información: "¿Luego qué ocurre?".
- Lea el libro para averiguar si las predicciones de su hijo/a coinciden o no con la historia y converse sobre eso.
- Puede preguntarle a su hijo/a acerca de lo que podrían conocer sobre el tema, por ejemplo, cómo se ve, cómo se siente, cómo suena, cómo huele, etc.
- Puede averiguar lo que a su hijo/a le gustaría saber sobre el tema haciéndole preguntas informativas (qué, dónde, cuándo, por qué, cómo).
- Cuando termine de leer, puede hablar sobre lo que se aprendió en el libro y observar si se respondieron sus preguntas.

RECURSOS ADICIONALES

- [Literacy for All](#).
- Dynamic Learning Maps (DLM) - Enseñanza de comprensión de textos.
 - Anchor-Read Apply - [Módulo en línea autodirigido](#), [Materiales de módulos facilitados para grupos](#).
- Dynamic Learning Maps (DLM) - Objetivos generales para la lectura.
 - Anchor-Read-Apply - [Módulo en línea autodirigido](#), [Materiales de módulos facilitados para grupos](#).
- [ReadWorks](#): Apoyo para la comprensión lectora y la instrucción de estudiantes del idioma inglés, estudiantes de educación especial y estudiantes con dificultad en la lectura, y recursos y herramientas de aprendizaje remoto.

APOYOS PARA LA ESCRITURA

La escritura es importante porque es lo que proporciona un medio de expresión ilimitada. Las 26 letras del abecedario son los únicos símbolos que permiten la expresión ilimitada.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LA ESCRITURA

Mediante la escritura independiente, estamos ayudando a que los estudiantes aprendan a traducir pensamientos en palabras escritas o braille. Incluso cuando parezca que los estudiantes garabatean o seleccionan letras, están produciendo un texto del que podemos hablar. Este es el caso para los escritores principiantes de todas las edades y capacidades. Muchos estudiantes con discapacidades significativas necesitarán algo más que un lápiz convencional cuando se trata de escribir. Algunos podrían usar teclados. Ya sea que su hijo/a use un lápiz convencional, un teclado o un lápiz alterativo, no es necesario que sepa usarlos para comenzar. Ni siquiera necesita conocer las letras del abecedario para comenzar. Estas son cosas que aprenderá con el tiempo. Trabaje con el equipo de la escuela para determinar las herramientas alternativas de escritura, si las hay, que puede usar con su hijo/a. Algunas sugerencias para implementar la escritura:

- Piense en un tema motivador para escribir sobre una actividad o una persona favorita, una experiencia personal o cualquier otra cosa que le interese a su hijo/a. Puede usar fotos u objetos organizados en categorías como lugares, cosas y personas, para darle opciones de temas entre los que pueda elegir.
- Después de seleccionar un tema, puede comenzar a conversar sobre él con su hijo/a usando su sistema de comunicación u otras estrategias de comunicación. Esto ayuda a que su hijo/a planifique o piense lo que escribirá.
- Asegúrese de que al momento de escribir su hijo/a tenga acceso a todo el abecedario.
- Pídale que escriba o ejemplifique la escritura con su elemento de escritura. Después de que su hijo/a haga marcas en el papel, escriba o seleccione letras, o escriba palabras, responda positivamente. En algunos casos, el niño no podrá leer o contarle sobre lo que escribió. Entonces, el desafío para usted es responder a la escritura. Puede apoyar a su hijo/a proporcionándole comentarios que conecten sus esfuerzos de escritura con los temas que eligió. Puede señalar letras o aproximaciones a las letras y proporcionar significado a esa letra en relación con el tema. Por ejemplo, escribiste una "l", puedo usar la "l" en



"love" (amor). Te gustan los "legos". Son tu juguete favorito. "Legos" empieza con "l".

- Si está usando una herramienta poco o nada tecnológica como un abecedario impreso, puede escribir las letras que su hijo/a seleccione.
- Para destacar los escritos de su hijo/a, considere que escriba sus propios libros, que pueda leerse una y otra vez a sí mismo/a y a otros. Esos libros podrían crearse con lápiz y papel o con herramientas para la creación de libros, como [TarHeel Reader](#) o [Book Creator](#), y podrá alardear con su hijo/a y con otros sobre que ya es un/a autor/a publicado.

RECURSOS ADICIONALES

- [Cómo escribir con alternativas al lápiz.](#)
- [Módulo de escritura independiente de Project Core.](#)
- [Módulo de escritura en cuadro predictivo de Project Core.](#)

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Alfabetización](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Alfabetización.](#)
- [Descargue la presentación sobre Alfabetización.](#)

Matemáticas

APOYOS PARA MATEMÁTICAS

Esta sección contiene consejos para trabajar con habilidades matemáticas en el hogar. Las habilidades de matemáticas para estudiantes con altas necesidades pueden centrarse en conceptos como sentido numérico mediante el cálculo. Asegúrese de trabajar con el equipo de la escuela de su hijo/a para ayudar a apoyar las actividades de matemáticas adecuadas durante sus rutinas diarias.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA MATEMÁTICAS

Algunas sugerencias para lograrlo incluyen:

- Hable con el/la maestro/a de su hijo/a acerca de las habilidades matemáticas en las que debe concentrarse para su hijo/a.
- Las habilidades matemáticas se desarrollan en orden, por lo tanto, asegúrese de que su hijo/a no recorra de forma aleatoria las habilidades de los sitios web que se indican a continuación, ya que podría frustrarse innecesariamente y volverse más reacio/a al uso de ese recurso la próxima vez.
- Las matemáticas pueden ser difíciles y repetitivas para muchos niños. Intente que la actividad sea divertida, realice sesiones cortas y concéntrese en practicar las habilidades ya aprendidas.
- Intercale las actividades preferidas entre las menos preferidas para retener la atención de su hijo/a.
- Proporcione descansos breves y programados para evitar el cansancio.

Las matemáticas son un concepto y una habilidad increíblemente amplios. El siguiente enlace incluye varios manuales que pueden ayudar a explicar las habilidades matemáticas que la escuela de su hijo/a podría estar abordando y algunas actividades divertidas para hacer en casa y practicar esas habilidades.

- [Guías para padres sobre los estándares centrales comunes para matemáticas](#): Desglosa los conceptos matemáticos que un niño aprenderá en cada grado. En la última página hay ejemplos e ideas de actividades que los padres pueden hacer con sus hijos.
- [Menú de actividades matemáticas \(grados K-5\)](#): Actividades para practicar habilidades matemáticas en el hogar con objetos cotidianos, desglosadas por grado.
- [Juegos matemáticos con un mazo de cartas](#): Juegos para jugar con un mazo de cartas común.
- [Excelente recurso con actividades de matemáticas](#) para estudiantes con altas necesidades.

Si su hijo/a se frustra fácilmente con las actividades matemáticas, tenga en cuenta que para mantener las habilidades y desarrollar fluidez su hijo/a debe poder responder al menos la mitad (50 %) de los problemas matemáticos correctamente. Si la precisión de su hijo/a es inferior al 50 % con una habilidad, podría significar que las actividades son para un nivel de instrucción más elevado y podrían requerir más ejemplificación/enseñanza. Elija concentrarse en una habilidad diferente para la que su hijo/a haya adquirido las habilidades básicas y/o pídale al maestro/la maestra de su hijo/a que le proporcione más indicaciones o le recomiende actividades virtuales.

Se recomiendan las siguientes técnicas para los niños que pueden completar los problemas con precisión, pero podrían cansarse o frustrarse fácilmente con la práctica. Puede recordarlas como "Potenciadores de confianza":

Confidence Helpers (Potenciadores de Confianza)		
CH	CHoice (Elección)	Elemento, lugar
	CHunk (Segmentación)	Cubra una parte
	CHop (División)	¿Pares o impares?
	CHain (Encadenamiento)	Lo más fácil primero
	CHecklist (Verificación)	Organización

- **CHoice (Elección)** -- ofrézcale a su hijo/a opciones simples en relación con dónde y cómo completar la tarea.
 - *¿Quieres hacer las actividades de matemáticas con lápiz o bolígrafo?*
 - *¿Quieres sentarte a la encimera de la cocina o a la mesa?*
- **CHunk (Segmentación)** -- limite la cantidad de material que presenta visualmente a su hijo/a a la vez.
 - *Presente solo 1 problema a la vez (p. ej., tarjetas didácticas)*
 - *Doble las hojas de trabajo por la mitad para ocultar los problemas.*
- **CHop (División)** -- concéntrese en la calidad y no en la cantidad, y divida la tarea por la mitad.
 - *Pídale a su hijo/a que complete la mitad de la tarea (p. ej., problemas de pares o impares).*
- **CHain (Encadenamiento)** -- avance por orden de dominio, comenzando con la actividad más fácil y aumentando la dificultad.
 - *En una hoja de trabajo, pídale a su hijo/a que comience por buscar 1-3 problemas que conozca.*
- **CHecklist (Lista de verificación)** -- Para los proyectos y las actividades matemáticas más complejas y de nivel más avanzado, ayude a su hijo/a a crear una lista de verificación que divida el proyecto en partes más pequeñas.
 - *Padres: pídale al maestro/a la maestra de matemáticas de su hijo/a las listas que puedan tener.*

RECURSOS ADICIONALES

<p>Los siguientes recursos en línea están orientados a una amplia variedad de habilidades. Lea siempre el contenido para asegurarse de que corresponde al nivel académico adecuado para su hijo/a (recuerde concentrarse primero en practicar las habilidades ya aprendidas en lugar de habilidades nuevas). No dude en pedirle ayuda al maestro/a la maestra de su hijo/a para decidir por dónde comenzar y si abordar habilidades nuevas en este formato es adecuado para su hijo/a. El ícono y el nombre del recurso son hipervínculos y puede hacer clic en ellos para acceder al contenido.</p> <p>NOTA: ¡Todos tienen contenido GRATUITO!</p>		Registro*	Interactivo	Material imprimible	Niveles por grado
	FunBrain : Juegos fáciles de usar en la pestaña "Math Zone" (área de matemáticas). ¡Puede personalizar la dificultad y el contenido!	●	✓	⊗	PK-8
	MathGames : Juegos y hojas de trabajo imprimibles por grado y estándar.	●	✓	✓	PK-8
	Khan Academy : Juegos matemáticos desglosados por nivel de grado y habilidad.	●	✓	⊗	PK-12
	SplashLearn : Juegos y sistema de recompensas para ganar monedas mientras juega.	●	✓	⊗	K-5
	Able2Learn : Hojas de trabajo imprimibles sobre una variedad de habilidades.	●	⊗	✓	1-6
	MathWorksheets.com : Juegos y hojas de trabajo imprimibles por grado y temas.	●	⊗	✓	1-6
	Camp Discovery for Autism : Juegos personalizados con aprendizaje sin señalamiento del error ni correcciones.	●	✓	⊗	1-6
	EdHelper : Hojas de trabajo imprimibles de matemáticas y cuadernos de ejercicios con contenido de pensamiento crítico.	●	⊗	✓	1-6
	ABCya : Juegos de escritorio de matemáticas gratuitos con opción de comprar más funciones.	●	✓	⊗	1-6+
	Math Playground : ¡Juegos y videos interactivos que los niños pueden mirar!	●	✓	⊗	1-8
	Prodigy : ¡Crea un avatar y emprende una aventura que incluye problemas matemáticos!	●	✓	⊗	1-8

*● = Requiere registro ● = Cuenta opcional ● = No requiere cuenta

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Matemáticas](#).

- 
- [Mire el seminario virtual sobre Matemáticas.](#)
 - [Descargue la presentación sobre matemáticas.](#)

Ciencias/Estudios Sociales/Eventos Actuales

APOYOS PARA CIENCIAS/ESTUDIOS SOCIALES/EVENTOS ACTUALES

Las ciencias, los estudios sociales y los eventos actuales son muy importantes en las vidas y la educación de todos los niños. Cubren una amplia variedad de lo que comprendemos, cómo pensamos, cómo nos relacionamos con otros, y se conectan con todas las áreas del plan de estudios. Estas habilidades desarrollan el lenguaje, el vocabulario, la comprensión lectora, el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la indagación y las habilidades de escucha. Escuchar sobre eventos actuales y conocerlos nos ayuda a todos, incluido/a su hijo/a, a comprender mejor y prepararnos para el mundo que nos rodea. Pueden abrir la comunicación entre usted y su hijo/a. Además, las actividades relacionadas con las ciencias, los estudios sociales y los eventos actuales pueden ayudar a llenar el tiempo de formas significativas y divertidas. Es importante que se comunique con el equipo de la escuela de su hijo/a. Ellos podrán proporcionarle material y apoyo mientras aborda con su hijo/a oportunidades de educación continua en ciencias, estudios sociales y eventos actuales durante su rutina diaria.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA CIENCIAS/ESTUDIOS SOCIALES/EVENTOS ACTUALES

La jardinería es una excelente actividad de ciencias. Al plantar semillas y cuidar las plantas, su hijo/a puede aprender sobre el ciclo de vida, la nutrición, diferentes plantas, partes de la planta, qué es comestible y sobre cambios climáticos. Su hijo/a puede graficar el progreso del crecimiento y los patrones climáticos, mientras gasta algo de energía trabajando en el jardín. Si vive en un apartamento, podría haber un jardín comunitario cerca o Apoyo comunitario a la agricultura (CSA). También hay algunos [recorridos de jardinería virtuales](#) disponibles.

Cocinar es una actividad genial para que su hijo/a practique varias habilidades, que incluyen lengua y literatura (leer o escribir una receta) y matemáticas (seguir una secuencia, medir, etc.). También es una estupenda manera de que su hijo/a aprenda sobre nutrición, realice predicciones (si se agregan arándanos a la leche para preparar un batido, se volverá azul), refuerce la comunicación (use apoyos para la comunicación aumentativa y alternativa, si corresponde), y aplique las habilidades sociales y la participación. Mientras cocinamos, nos ayudamos entre todos y surgen muchas

posibilidades de usar del lenguaje y comunicarnos. Hay una gran variedad de [recetas adaptadas en línea](#) para ayudar con la cocina.

Los juegos son una forma divertida de ocupar el tiempo y gastar algo de energía. Además de los juegos de mesa, que ofrecen la oportunidad de que su hijo/a practique habilidades sociales, aprenda normas sociales/grupales y use dispositivos de comunicación, hay juegos que pueden incentivar la interacción y el juego. Un recurso excelente para crear juegos que pueden jugarse en línea o imprimirse con apoyos visuales es [LessonPix](#). También hay algunos juegos adaptados disponibles en línea de otras fuentes que puede encontrar [aquí](#).

Los recorridos virtuales son una excelente opción ahora que no podemos ingresar en un centro de ciencias, un centro natural o un zoo durante estos días de "quedarnos en casa y permanecer seguros". Ranger Russ Miller, director de Meigs Point Nature Center en el parque estatal Hammonasset Beach en Madison, CT realiza un feed en vivo por Facebook, de martes a jueves a las 11 a.m. (Live Animals) y a las 2 p.m. (Environmental Experience). Visite su [centro de aprendizaje virtual](#) para acceder a más información y actividades para el hogar. Algunos otros recorridos incluyen:

- [CT Science Center](#).
- [Google Arts & Culture se unió a cinco parques nacionales en los EE. UU.](#) para que las personas puedan disfrutar la belleza del mundo natural. Los parques incluyen: Parque Nacional Kenai Fjords, Alaska; Parque Nacional de los volcanes de Hawái, Hawái; Parque Nacional de las cavernas de Carlsbad, New Mexico; Parque Nacional del cañón Bryce, Utah; y Parque Nacional Dry Tortugas, Florida.
- [Google Arts & Culture se unió a más de 2000 museos y galerías alrededor del mundo](#) para ofrecer a las personas recorridos virtuales y exhibiciones en línea.
- [Este recurso](#) enumera recorridos virtuales de museos, zoos y acuarios.

Muchos maestros crean **clases por YouTube** que están disponibles para el público. [Este enlace incluye un ejemplo](#). Pueden ser un excelente recurso para proporcionarle experiencias a su hijo/a. Algunas pueden ser muy entretenidas o incluso despertar un interés especial en su hijo/a. Mire primero una lección en video para asegurarse de que sea adecuada y que muestre algo que usted desee que su hijo/a vea.

Los videos de su hijo/a haciendo actividades pueden ser una forma simple de involucrarlo/a y ofrecen el beneficio de la repetición. Algunos niños se muestran muy interesados en verse a ellos mismos en video o ver una foto de ellos. Grabe en video una actividad que esté haciendo con su hijo/a y reprodúzcalo más tarde. También puede tomar fotos de su hijo/a haciendo una actividad para crear un horario, comunicar una rutina o proporcionar una actividad de secuenciación.

RECURSOS ADICIONALES

- [Experimentos de ciencias, artículos, videos y más.](#)
- [Una excelente manera de describir cómo enseñar ciencias a los niños.](#)
- [Recursos y estrategias para enseñar ciencias a estudiantes con una variedad de discapacidades.](#)
- [Recetas visuales de descarga gratuita](#) además de un Creador de recetas personalizado para crear recetas visuales de tus comidas favoritas. También tiene recursos adicionales para usar utensilios adaptativos de cocina y actividades previas a cocinar.
- [Aprendizaje en línea con experimentos prácticos y proyectos de ciencias.](#) También es ideal para practicar la motricidad fina y gruesa.
- [Lectura de artículos sobre eventos actuales, ciencias, estudios sociales, etc. para nivel K-6.](#)
- [Temas de STEM para estudiantes con necesidades especiales.](#)
- [Unique Learning System](#) y [News-2-U](#) son excelentes recursos con materiales curriculares para ciencias, estudios sociales y eventos actuales.

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Ciencias/Estudios sociales/Eventos actuales.](#)

- [Mire el seminario virtual sobre Ciencias/estudios sociales/eventos actuales.](#)
- [Descargue la presentación sobre Ciencias/estudios sociales/eventos actuales.](#)

Actividad Física/Movilidad

APOYOS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA/MOVILIDAD

La actividad física es muy importante para la salud y el bienestar de todos los niños. Cada día, los niños deben realizar actividad física centrada en el desarrollo motriz y la coordinación, como actividades de movimiento o una rutina de ejercicios. De acuerdo con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, los niños y adolescentes deben estar activos durante al menos 60 minutos todos los días. Esto puede representar un desafío para muchos niños con altas necesidades. Trabaje con el equipo de la escuela de su hijo/a para recibir sugerencias de actividad física y habilidades de movilidad para reforzar las fortalezas y satisfacer las necesidades únicas de su hijo/a.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA/MOVILIDAD

Consulte con el equipo de la escuela de su hijo/a para establecer rutinas de ejercicios y bienestar que puedan beneficiar a su hijo/a y a toda la familia. Realizar actividad física suficiente puede incluir cualquier cosa desde caminatas o ejercicios dentro de casa hasta ayudar a los niños a mejorar su salud cardiovascular y su resistencia muscular. Además, trabaje con el equipo de la escuela de su hijo/a para que lo/la asistan con las posiciones en las que debe estar su hijo/a durante el día (si corresponde) y para determinar si hay algún equipo de movilidad/posicionamiento cuyo uso podría ser beneficioso en el hogar durante este tiempo. Haga lo posible para que las actividades sean divertidas, por ejemplo, jugar a juegos como Simón dice (Simon Says), arrojar bolsitas (bean bag toss), bailar, caminar como animales, jugar con burbujas, [llevar el huevo en una cuchara](#), construir un fuerte y jugar [bingo de la silla](#). [En esta página de las escuelas públicas de New York City](#) también encontrará información adicional. [Este sitio web](#) ofrece algunos consejos prácticos y videos de ejemplo excelentes para realizar actividad física en el hogar. Observe el cuadro de [Actividades en el hogar](#) creado por Shape America y la infografía [Diez consejos para formar niños sanos](#) compilada por el American College of Sports Medicine, que ofrece ideas de actividad física para que las familias realicen en el hogar. Trabaje siempre con el equipo de la escuela de su hijo/a para comprender los objetivos del programa de educación individualizada (IEP, por sus siglas en inglés), y para priorizar cuáles se pueden trabajar en el hogar con el apoyo que ellos le proporcionen.

RECURSOS ADICIONALES

- [The Learning Station](#) tiene canciones GRATUITAS divertidas para moverse y cantar.
- [Cómo comenzar un programa de actividad física para niños con autismo.](#)
- [KidsHealth para obtener ideas sobre movilidad.](#)
- [Ejercicios relajantes para practicar en casa.](#)
- [10 minutos de flujo de movimientos para todo el cuerpo.](#)
- [GoNoodle](#) tiene varios juegos físicos divertidos.

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Actividad física/movilidad](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Actividad física/movilidad.](#)
- [Descargue la presentación sobre Actividad física/movilidad.](#)

Habilidades Para la Vida/Habilidades de Autoayuda

APOYOS PARA LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

Las habilidades para la vida son habilidades o tareas funcionales que desarrollan la independencia, la autoestima y aumentan las probabilidades de que una persona tenga éxito en diferentes contextos. Apoyar y crear oportunidades para que los niños practiquen habilidades para la vida durante la pandemia por COVID-19 puede ser desafiante para cualquier padre/cuidador, pero también útil. Participar en actividades de habilidades para la vida estimula el autocontrol, el pensamiento positivo y los hábitos de organización. Toda habilidad que ayude a que un niño tenga éxito en la vida es una habilidad para la vida. También es importante incluir habilidades de la función ejecutiva (es decir, organización, planificación, priorización, toma de decisiones) durante las actividades diarias de su hijo/a, siempre que sea posible. Es fundamental colaborar y comunicarse con los equipos de la escuela, crear una rutina que incorpore habilidades para la vida y establecer expectativas, especialmente durante la pandemia por COVID-19.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

Es esencial que colabore y se comunique con frecuencia con el equipo de la escuela de su hijo/a. Esto proveerá información al equipo, quienes luego podrán proporcionarle específicamente técnicas diferentes, instrucciones, materiales, procedimientos, etc.

Puede incorporar diferentes grupos de habilidades en diferentes actividades. Por ejemplo, incluya "quehaceres" en el horario diario de su hijo/a. Hacer que su hijo realice estos quehaceres también lo/la alivia a usted, el padre/la madre/el cuidador, de ciertas actividades según la independencia del niño/la niña.

Lista de verificación de habilidades para la vida

- Habilidades de salud y seguridad (seguir señales, seguridad del peatón, pedir indicaciones, etc.)
- Habilidades para la vida profesional (crear un resume, habilidades específicas para el trabajo, etc.)
- Autodeterminación/autoafirmación (rechazo amable, pedir ayuda, intentar nuevas tareas, etc.)
- Socialización (relaciones entre pares, comunicación social, saludos básicos, etc.)

- Participación comunitaria (manejar dinero, crear una lista, recorrer una tienda/ciudad, etc.)
- Transporte (caminar, andar en bicicleta, conducir, tomar el transporte público, etc.)
- Habilidades para la vida en el hogar (pasar la aspiradora, lavar los platos, lavar la ropa, etc.)
- Autorregulación (integración sensorial, tomar un receso, etc.)

Recuerde comenzar a involucrar lentamente a su hijo/a para que sea independiente con sus tareas de habilidades para la vida. Para que resulte más fácil para usted y su hijo/a, comience con una tarea a la vez. Cuando su hijo/a presente dificultades con alguna tarea, le pedirá su ayuda. Pedir ayuda estimula la autoaprobación. Fortalecer sus habilidades de organización y planificación garantizará su independencia en tareas futuras, como realizar compras o completar una rutina matutina, sin requerir de un adulto cerca.

RECURSOS ADICIONALES

- Aquí le ofrecemos videos geniales que muestran "Cómo hacer" algunas tareas.
 - [Cruzar la calle.](#)
 - [Buscar la correspondencia.](#)
- [Habilidades para la vida y autismo](#): Página web en la que se describe y se proporciona información sobre habilidades para la vida para personas con autismo.
- ["What Do You Say?"](#): Esta es una aplicación gratuita de comunicación social.
- [Cómo enseñar habilidades de seguridad en la cocina a adolescentes con autismo.](#)
- Este enlace ofrece orientación en [Tareas de habilidades para la vida](#) y también proporciona otros recursos relacionados.
- [Conover Company](#) también ofrece una prueba gratuita de su sistema de habilidades funcionales.

APOYOS PARA LAS HABILIDADES DE AUTOAYUDA

Las habilidades de autoayuda forman parte de las habilidades para la vida. Hay habilidades para la vida básicas que estimulan la independencia y la autoestima positiva en tareas cotidianas, como doblar ropa, descargar el lavavajillas, atarse los zapatos, etc. Participar e involucrarse en esas tareas diarias permite desarrollar y fortalecer el éxito de los niños en diversos entornos y dominios. Apoyar y crear oportunidades para que los niños practiquen habilidades de autoayuda durante el cierre de escuelas en todo el estado por la pandemia por COVID-19 puede ser desafiante y agotador para cualquier padre/cuidador; sin embargo, proporcionar práctica constante de esas habilidades de autoayuda en un entorno natural puede reducir ese desafío una vez que el niño/la niña sea independiente. Involucrar a los niños en estas actividades, como el cuidado personal, podría permitirle a usted concentrarse en otras prioridades, mientras su hijo/a refuerza esas habilidades funcionales Y se cuida a sí mismo/a. Es fundamental colaborar y comunicarse con los equipos de la escuela, crear una rutina que incorpore habilidades de autoayuda y establecer expectativas, especialmente durante la pandemia por COVID-19.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA LAS HABILIDADES DE AUTOAYUDA

Es esencial que colabore y se comunique con frecuencia con el equipo de la escuela de su hijo/a. Esto le proporcionará información al equipo y les permitirá ofrecerle técnicas diferentes, instrucciones, materiales, procedimientos, etc. específicos para su hijo/a y sus necesidades únicas.

Puede incorporar cada grupo de habilidades de autoayuda en diferentes actividades durante el día. Por ejemplo, las habilidades para vestirse y de higiene se pueden abordar durante la rutina de la mañana. Incluso puede intentar realizar algunas de estas tareas juntos; esto ofrece un "modelo" para que su hijo/a observe lo que está haciendo y luego lo practique solo/a. Si tiene un espejo en el baño, puede cepillarse los dientes junto a su hijo/a para mostrarle cómo debe hacerlo solo/a sin su intervención física. En un esfuerzo por minimizar la propagación de la COVID-19, este es un momento perfecto para concentrarse en habilidades como el lavado de manos correcto (higiene), cómo usar una mascarilla (aseo e higiene) y practicar el distanciamiento social (independencia) con todos los miembros de la familia.

Use la siguiente lista de verificación de habilidades de autoayuda para considerar maneras de ejemplificar y estimular la independencia de su hijo/a en cada una de las áreas de habilidades durante su día.

Lista de verificación de habilidades de autoayuda

- Habilidades para vestirse (atarse los zapatos, ponerse una camisa, cerrar prendas, etc.)
- Habilidades de higiene (lavarse las manos, aplicar desodorante, cepillarse los dientes, etc.)
- Habilidades para bañarse (usar el jabón, aplicar/enjuagar champú, secarse con una toalla, etc.)
- Habilidades de aseo (usar un peine/cepillo, aplicar loción, etc.)
- Habilidades de alimentación (usar utensilios, beber del vaso/succionar con una pajilla, masticar con la boca cerrada, etc.)
- Habilidades para ir al baño (limpiarse después de ir al baño, permanecer seco/a durante el día/noche, pedir ir al baño en diferentes entornos, etc.)
- Habilidades para la independencia (quehaceres, elegir, pedir ayuda, rechazo amable (p. ej., "No, gracias"), etc.)

Recuerde comenzar a involucrar lentamente a su hijo/a para que sea independiente con sus habilidades de autoayuda. Según con lo que su hijo/a normalmente se sienta cómodo/a, esto puede resultar diferente y temible para él/ella. Para que resulte más fácil para usted y su hijo/a, comience con una tarea nueva y realícela juntos. Una vez que logre completar la tarea cerca de usted, comience a alejarse gradualmente de su hijo/a mientras completa la tarea satisfactoriamente. Esto asegurará su independencia en la tarea sin requerir de un adulto cerca, y creará confianza, además de aumentar la autoestima.

RECURSOS ADICIONALES

- Aquí le ofrecemos videos geniales que muestran "Cómo desarrollar" ciertas habilidades de autoayuda:
 - [Atarse los zapatos.](#)
 - [Lavar los platos.](#)
 - [Doblar ropa.](#)
 - [Más videos demostrativos.](#)
- Puede usar este enlace para crear apoyos visuales/"tiras recordatorias" para su hijo/a cuando esté completando una rutina. Este enlace está repleto de [tarjetas didácticas con habilidades para la vida cotidiana](#) imprimibles y gratuitas.
- [Hoja de sugerencias sobre cómo enseñar habilidades de higiene.](#)
- [Aplicación sobre higiene - Gratis](#) - Esta aplicación gratuita ofrece ejemplificación en video y juegos divertidos para aprender habilidades de la vida cotidiana.
- [Consideraciones sensoriales para vestirse.](#)

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda.](#)

- [Mire el seminario virtual sobre Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda.](#)
- [Descargue la presentación sobre Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda.](#)

Arte

APOYOS PARA EL ARTE

El arte abarca todos los dominios en el desarrollo de un niño. Es importante que los niños de todos los contextos y todas las capacidades experimenten con el arte en todas sus formas. Estos recursos ofrecen tutoriales, experiencias y experimentación de las artes con diferentes medios y técnicas. En tiempos de estrés y cambio, los niños de todas las capacidades y en todas las etapas del desarrollo podrían necesitar apoyo adicional para sus necesidades emocionales. Crear arte proporciona estímulo intelectual, experiencias sensoriales relajantes y la tan necesaria diversión. Puede aprovechar las cualidades terapéuticas de crear arte concentrándose en el proceso y alentando a los niños a que disfruten la experiencia de experimentar.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA EL ARTE

Para comenzar, los niños con discapacidades deben experimentar con diferentes medios de arte a través de los sentidos. Algunos podrían tener sensibilidades sensoriales y quizá no les guste la sensación o el olor de ciertos materiales. Presentarles pocos medios inicialmente ayudará a que formen una idea de con qué les gustaría trabajar, y eso a la vez ayudará a buscar otras ideas que puedan ampliar la habilidad artística. [Este video](#) indica lo que se debe evitar y lo que deberá simplificar para crear actividades artísticas significativas.

Una vez que su hijo/a haya experimentado la sensación de los materiales y cómo usarlos de forma segura, podrá empezar a experimentar con actividades para colorear y pintar (con las manos o con pincel). Para los niños que tienen dificultad para sujetar un pincel de forma independiente, hay muchas otras soluciones que pueden ayudarlos a usar elementos que podría tener en su casa. [Este video fácil de seguir](#) le enseñará a cortar un bidón de leche para crear una manija para sujetar pinceles y marcadores. Algunos niños podrían no tener la capacidad de sujetar un pincel o quizás no tengan acceso a un pincel. Existen muchos sustitutos si no tiene acceso a un pincel, como hisopos, esponjas, trapos, cartón, los dedos, etc. Puede encontrar sustitutos de los pinceles en [este enlace](#).

Su hijo/a debería experimentar con dos o tres medios diferentes disponibles en el hogar. Si no tiene pinturas, puede usar café o té para pintar, o se pueden usar diferentes alimentos para crear color y pigmento. Encontrará diferentes maneras de crear sustitutos para la pintura en [este enlace](#).

Algunas personas podrían requerir asistencia mano con mano, que significa guiar al niño sosteniendo su mano mientras sostiene un objeto. Esto los ayudará en las primeras etapas de la creación artística. Dedique tiempo a sentir los materiales artísticos y permita que el niño interactúe con los materiales tanto como sea posible. Si el niño necesita asistencia mano con mano o la ayuda de un adulto para hacer un dibujo, asegúrese de que pueda verlo y coméntelo con él/ella. También es importante que los niños pidan o señalen lo que quieren, como materiales, colores, formas, etc. Esto ayudará a mejorar las habilidades de comunicación y la participación.

Una vez que finalice la presentación inicial de materiales, ¡estaremos listos para crear! Empiece con líneas y formas, y luego avance hasta crear dibujos, si es posible. Permita que el niño lo/la guíe en la dirección correcta de su creatividad y sus necesidades artísticas.

RECURSOS ADICIONALES

- [Oak Hill Arts Studio](#): Videos gratuitos de YouTube con instrucción artística para niños con necesidades especiales. Presentado por Oak Hill School.
- [Blog Kinderart](#).
- [Compilación de apoyos para el arte para estudiantes con necesidades especiales](#).
- [Sugerencias de actividades artísticas](#).
- [Proyectos de arte para niños con necesidades especiales](#).
- [Video artístico Crayola de la semana](#).
- [Manual - 52 semanas de proyectos](#).
- [Ideas de arte adaptadas usando materiales del hogar](#).
- Materiales
 - Si quiere comprar materiales artísticos, pero no sabe por dónde empezar, aquí le ofrecemos una lista de materiales artísticos sugeridos:
 - 1 bloc de dibujo
 - 1 caja de marcadores
 - 1 bandeja de acuarelas
 - Pinceles; pruebe los de mango fino y grueso
 - Arcilla de secado sin horno (air-dry clay) (Crayola fabrica una que es fácil de usar y viene en un tubo)
 - Plastilina
 - 1 caja de lápices comunes
 - 1 paquete de cartulina
 - 1 paquete de papel tisú
 - 1 paquete de colorante de alimentos

- 
- 1 botella de jabón líquido para vajilla (Dawn es el mejor para preparar la solución para hacer burbujas)
 - Estos materiales pueden encontrarse en tiendas locales y en línea:
 - [Dollar Tree](#)- Ofrece pedidos en línea y entrega.
 - [Jerry's Artarama](#)- Minorista en West Hartford, CT que ofrece pedidos en línea y entrega.

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Arte](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Arte.](#)
- [Descargue la presentación sobre Arte.](#)

Actividades y Apoyos Sensoriales

ACTIVIDADES Y APOYOS SENSORIALES

Aunque estemos practicando el distanciamiento social, seguimos siendo [seres sensoriales](#) viviendo en un mundo sensorial. Un lugar con sonidos, olores, sabores y vistas. Un lugar donde podemos movernos y un lugar donde podemos encontrar quietud y calma. Todos y cada uno de nosotros, incluidos nuestros hijos, desarrollan preferencias personales y asociaciones con las sensaciones. La respuesta a las experiencias sensoriales es única para cada uno de nosotros (ver la Figura 1). Algunos de nosotros podríamos notar las cosas rápidamente, mientras otros podrían pasarlas por alto. Algunos de nosotros incluso podríamos asumir un rol activo en el control y el ajuste de las experiencias sensoriales; nuestros buscadores y evasivos. Otros podrían dejar que las cosas pasen para luego reaccionar; nuestros espectadores y sensitivos. Algunos de nosotros incluso podríamos presentar patrones combinados según cómo recibimos e interpretamos las experiencias sensoriales (p. ej., imágenes, sonidos, contacto, olores, movimiento, posición corporal, hambre, sed). Comprender sus propios patrones sensoriales como padres y los patrones de su hijo/a puede ayudar a establecer estrategias que satisfagan las necesidades de todos y permitan que su hijo/a se mantenga enfocado/a y organizado/a durante el día.

Figura 1. Procesamiento sensorial de Dunn

Procesamiento sensorial de Dunn		
Espectador Desprevenido	Buscador Se decepciona	¿Qué ocurre a mi alrededor? <ul style="list-style-type: none"> ● Tacto ● Vista ● Oído ● Olfato ● Gusto
Sensitivo Plenamente consciente	Evasivo Se agobia	¿Dónde estoy? <ul style="list-style-type: none"> ● Equilibrio y posición ● Movimiento ¿Qué ocurre por dentro? <ul style="list-style-type: none"> ● Hambre ● Sed ● Cansancio

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LAS ACTIVIDADES LOS APOYOS SENSORIALES

[Las actividades y los apoyos sensoriales](#) pueden ayudar a preparar a su hijo/a para el éxito en el aprendizaje y son importantes para ayudar con la [autorregulación](#) (p. ej., regulación emocional, regulación sensorial, regulación de la atención). Comprender las necesidades sensoriales de su hijo/a puede ayudarlo/a a usted a desarrollar un [plan](#) personalizado. Asegúrese de pedir información y orientación al equipo de la escuela de su hijo/a para comprender los patrones de procesamiento sensorial de su hijo/a.

Los buscadores y los espectadores sensoriales podrían necesitar [más estímulo y oportunidades](#) durante el día para llenar su vaso o [acumular puntos sensoriales](#). Los sensitivos y evasivos podrían necesitar más estructura, familiaridad y [control de los estímulos sensoriales](#) que se incorporan a su día, de modo que sus sistemas súper receptivos no rebasen el vaso ni agoten su [banco sensorial](#). Según las necesidades del niño, puede crear actividades sensoriales que apunten a la [organización, al estado de alerta o a la tranquilidad](#). Todos fuimos cableados de forma diferente y podemos necesitar incorporar diferentes apoyos y actividades a nuestro día. Algunos apoyos, como los [recesos de movimiento](#), se pueden usar de forma proactiva para promover el desarrollo regulador positivo. Algunas veces necesitará ejemplificar la regulación al reducir el ritmo, respirar profundo, hacer una pausa y poner en práctica una estrategia, como [ejercicios de respiración profunda con apoyos visuales](#). Los apoyos sensoriales pueden ser un objeto como un juguete antiestrés o una manta con peso. Si a su hijo/a le gusta moverse, puede incorporar [actividades de movimiento](#) en la rutina diaria o a través de un juego divertido, como un juego de persecución. [Las actividades musculares enérgicas](#) generalmente tienen un efecto calmante y organizador en el cuerpo. Actividades como trepar, cavar, empujar y jalar pueden satisfacer las necesidades de una actividad enérgica. Buscar actividades que satisfagan las necesidades de su hijo/a podría requerir trabajo de detective... esté atento/a a los cambios positivos (p.ej., mayor atención, participación, disfrute y tolerancia a los altibajos de la vida).

RECURSOS ADICIONALES

Ejemplos de actividades de enriquecimiento sensorial

- [Mesas sensoriales](#)
- [Plastilina](#)
- [Bandeja para actividades con crema de afeitar](#)
- [Juego sensorial con burbujas](#)
- Bloques magnéticos

- Pintar con los dedos
- Jugar con masilla
- [Yoga](#)
- Hamacarse

Guía y recursos sensoriales

- [Lista de verificación del procesamiento sensorial](#) - Una lista de verificación para observar signos de posibles dificultades en el procesamiento sensorial.
- [Acumulación de puntos sensoriales](#) - Un artículo para comprender el valor de las dietas sensoriales personalizadas.
- [Living Sentionally: Understanding Your Senses](#) (Vive de forma sensorial: comprende tus sentidos) - Un libro electrónico sobre patrones y estrategias sensoriales.
- [Guía para la integración sensorial en adolescentes y adultos jóvenes](#) - Una guía para comprender mejor los desafíos del procesamiento sensorial y las estrategias de intervención (disponible en inglés y portugués).
- [Guía sobre integración sensorial para padres](#) - Una guía para comprender mejor los desafíos del procesamiento sensorial y las estrategias de intervención (disponible en inglés, portugués y turco).
- [Apoyo de las diferencias en el procesamiento sensorial para personas con trastornos del espectro autista](#) - Una hoja de sugerencias con maneras de apoyar diferentes patrones de procesamiento sensorial.
- [Kit interoceptivo](#) - Una guía de actividades centrada en la interocepción (p.ej., sed, hambre, intestino/vejiga, temperatura, etc.).
- [Escala de regulación de ejemplo](#) - Una escala de regulación de ejemplo (es decir, zona de confort, zona de aprendizaje, zona de pánico) con gráficos para observar las señales del cuerpo, identificar sensaciones y determinar la acción.
- [Formas caseras de satisfacer las necesidades sensoriales de un niño en el hogar](#) - Cómo crear un espacio sensorial e incorporar estrategias sensoriales en el hogar.
- [Problemas con la autorregulación: Lo que debe saber](#) - Un artículo que proporciona información sobre autorregulación y control de las emociones, la conducta y el movimiento corporal.
- [Cómo usar actividades multisensoriales para ayudar a que los niños aprendan](#) - Un artículo que explica actividades multisensoriales y estrategias de aprendizaje.
- [Juegos sensoriales para niños con necesidades especiales](#) - Un artículo que explica la importancia del juego sensorial, que incluye consejos para preparar actividades de juego sensorial.

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Actividades y apoyos sensoriales](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Actividades y apoyos sensoriales.](#)
- [Descargue la presentación sobre Actividades y apoyos sensoriales.](#)

Juego y Ocio

APOYOS PARA EL JUEGO Y EL OCIO

El juego, la recreación y el ocio son fundamentales para todos los estudiantes, especialmente ahora durante este tiempo de "quedarnos en casa y permanecer seguros" ante la epidemia por COVID-19. Estas actividades ofrecen un recreo y un giro mental de las lecciones tan necesario, y también pueden proporcionar la tan necesaria estimulación sensorial y de la motricidad gruesa. Estos tipos de actividades podrían ser más desafiantes para los estudiantes con altas necesidades. Podrían no tener las habilidades sociales necesarias para jugar juegos de mesa o al aire libre con otras personas. Podrían presentar conductas riesgosas que interfieran con su capacidad de usar elementos manipulativos, o falta de habilidades motoras finas para usarlos correctamente. Aún así, con algo de creatividad y perseverancia, los estudiantes con altas necesidades también podrán divertirse y aprovechar los beneficios del juego.

CÓMO PONER EN PRÁCTICA LOS APOYOS PARA EL JUEGO Y EL OCIO

Considere las necesidades de su hijo/a

Es importante que se tengan en cuenta los intereses de su hijo/a al decidir qué juguetes/objetos y actividades usar. Si su hijo/a muestra interés por la película Frozen, entonces usar una muñeca Olaf podría ser una vía para introducir un programa de juego exitoso.

Si su hijo/a muestra interés por conceptos más abstractos, haga todo lo posible por abordar esos intereses con un objeto tangible. Por ejemplo, si su hijo/a normalmente disfruta subir y bajar la puerta del garaje, proporciónale su propio control remoto de la puerta del garaje para que pueda jugar con él (sin baterías).

Si su hijo/a disfruta de los datos, puede jugar básquetbol o "bean bag toss" incorporando las capitales de los estados, por ejemplo.

Considere el entorno

Jugar en un lugar seguro en el que su hijo/a se sienta cómodo/a y "libre" puede crear una experiencia positiva. Tener una habitación o un área específica para jugar puede ayudar a que su hijo/a comprenda sus expectativas y probablemente ayude a crear asociaciones positivas con el juego.



Organice los juguetes y los materiales a los que quiera que su hijo/a tenga acceso. Si es posible, use contenedores etiquetados con imágenes y palabras que describan su contenido.

Proporcione opciones

Proporcionarle opciones a su hijo/a también puede generar resultados positivos para él/ella. Al permitirle elegir la actividad o el juguete con el que quiere jugar no solo le enseña habilidades de toma de decisiones, sino que también le dará a usted pistas sobre sus preferencias. Cuando se le da al niño la oportunidad de tomar una decisión, esto lo empodera y puede mejorar la asertividad. Considere presentarle las opciones usando imágenes o símbolos de actividades con juguetes/objetos en lugar de mostrarle el juguete.

Juegue juegos sociales

Los juegos como las escondidas; búsquedas del tesoro; seguir al líder; pato, pato, ganso; luz roja-luz verde; Twister; imitación de animales; arrojar el anillo; bowling y Bean Bag Toss son juegos sociales divertidos para disfrutar juntos. Los juegos sociales también pueden incluir la práctica de cualquier deporte de equipo o deporte recíproco como el básquetbol, arrojar y atrapar la pelota, o patear una pelota de fútbol con un amigo.

Use juguetes sensoriales/de exploración

Juguetes como burbujeros, globos, cintas, cuerdas, plastilina, cuentas, y los juegos con arena y con agua son herramientas excelentes para usar en el juego.

Estrategias para ampliar las habilidades de juego y ocio que su hijo/a ya haya desarrollado

- Enséñele a su hijo/a a usar los juguetes de la forma correcta en lugar de dejar que los use como quiera. Ejemplo: En lugar de que su hijo/a arroje la bolsita rellena al aire para observar si cae en el suelo, enséñele a arrojarla hacia un objetivo, como un balde vacío.
- Enséñele a su hijo/a a usar los juguetes de diversas formas. Ejemplo: En lugar de empujar a su hijo/a en la hamaca, enséñele a agitar sus piernas para que pueda hamacarse de forma independiente.
- Enséñele a su hijo/a a seguir rutinas y reglas en juegos o actividades. Ejemplo: En las "escondidas", su hijo/a siempre querrá ser quien busca; insista en alternar los roles.
- Enséñele a su hijo/a a incorporar nuevas ideas para jugar.

Introduzca juguetes nuevos

Utilice sitios web de compras en línea como Amazon para comprar juguetes nuevos. Esto puede ser ideal durante este tiempo en el que debemos mantener el distanciamiento social. Busque juguetes usados en buen estado. Facebook Marketplace y Craigslist pueden ser herramientas excelentes para buscar juguetes usados a buen precio. A menudo, los juguetes usados e incluso los juegos de exterior pueden estar publicados sin costo. Goodwill Stores tienen una amplia selección de juguetes de segunda mano a precios muy razonables.

Los tipos de juguetes para juegos sociales interactivos incluyen:

- **Juguetes físicos:** triciclo, juegos de exterior, pared para trepar, silla de rebote, pelota terapéutica, carritos de tiro, monopatines, pelotas deportivas, trampolines, arenero, hamacas, tobogán, caballo mecedor, gimnasio de la jungla, aro de hula, tirolesa
- **Juguetes manipulativos:** rompecabezas, clavijas, plastilina, cuentas, camiones y carros de juguete, libros didácticos
- **Juguetes de construcción:** bloques, legos, cajas, dominó
- **Juegos musicales:** Wheels on the Bus, Pat-A-Cake, Itsy Bitsy Spider, Hokey-Pokey, Pop Goes the Weasel, Ring Around the Rosie
- **Juegos de mesa:** Uno, Connect4, Bingo, juegos de emparejamiento, Pie in the Face
- **Juguetes sensoriales/de exploración:** burbujas, globos, cintas, cuerdas, plastilina, cuentas, juegos con arena y con agua
- **Juegos para iPad:** [Aplicaciones “Toca”](#) (toca kitchen, toca hair salon, toca nature, toca builders), [Faces iMake](#), [GoNoodle](#), [aplicación Build A Truck](#), [Starfall](#), [juegos PBS](#), [Ready to Print](#), [Endless Alphabet](#), [Stack the States](#)

RECURSOS ADICIONALES

- [Bright Star](#)
- [Melissa and Doug](#)
- [Revista Parade](#)
- [Mommy Poppins](#)

Acceda a la página de seminarios virtuales de la guía de recursos para [Juego y ocio](#).

- [Mire el seminario virtual sobre Juego y ocio.](#)
- [Descargue la presentación sobre Juego y ocio.](#)

Seminarios Virtuales de la Guía de Recursos

Los colaboradores del Departamento de Educación del Estado de Connecticut (CSDE), de RESC Alliance, del Centro de orientación para padres de Connecticut (CPAC) y de la Asociación de centros privados de educación especial de Connecticut (CAPSEF) crearon videos cortos para cada sección de la guía de recursos a fin de proporcionar una explicación breve de la información, las herramientas y los recursos que se pueden encontrar en cada una de las diez secciones de la guía de recursos. En cada una de las secciones de los seminarios virtuales de la guía de recursos que se indican a continuación se proporciona un enlace a la página web de un seminario virtual, un resumen de la información del seminario virtual, una lista de los presentadores del seminario virtual, un enlace al video del seminario virtual y un enlace a la presentación del seminario virtual.

SEMINARIOS VIRTUALES

Acceda a todos los seminarios virtuales de la guía de recursos aquí: [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#).

1. Introducción

El Departamento de Educación del Estado de Connecticut (CSDE), RESC Alliance, el Centro de orientación para padres de Connecticut (CPAC) y la Asociación de centros privados de educación especial de Connecticut (CAPSEF) están colaborando para proporcionar orientación, herramientas y recursos para padres y cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19. Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen sobre un nuevo recurso, [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#), diseñado para que los padres/cuidadores apoyen los esfuerzos de involucrar a su niño/adulto joven en oportunidades de educación continua en el hogar. Además, proporcionaremos un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección Introducción de esta nueva guía de recursos.

- Presentadores:
 - Colleen Hayles, consultora educativa, CSDE
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Deborah Richards, directora de Servicios para estudiantes, CREC
 - Nicole Natale, especialista en educación sénior, CREC
- [Mire el seminario virtual sobre Información general e introducción.](#)
- [Descargue la presentación sobre Información general e introducción.](#)

2. Habilidades de Comunicación

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Habilidades de comunicación** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Las habilidades sociales son las habilidades necesarias para interactuar con otros en sociedad y se ven afectadas por el modo o medio de comunicación de la persona y por la eficacia con la que use sus habilidades de comunicación. La comunicación es clave en el desarrollo de habilidades sociales efectivas. Su hijo/a podrá usar formas únicas de comunicarse, que abarcan desde el lenguaje corporal hasta las expresiones faciales, podrá usar cualquier cantidad de formas verbales y no verbales de expresarse, y podría necesitar apoyo mediante estrategias y herramientas de comunicación aumentativa y alternativa (AAC). Únase a nosotros para aprender sobre apoyos para habilidades sociales, apoyos para el vocabulario expresivo y receptivo y apoyos para la AAC.

- Presentadores:
 - Colleen Hayles, consultora educativa, CSDE
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Meagan Kiger, patóloga del habla y el lenguaje, CREC
 - Nicole Natale, especialista en educación sénior, CREC
- [Mire el seminario virtual sobre Habilidades de comunicación.](#)
- [Descargue la presentación sobre Habilidades de comunicación.](#)

3. Alfabetización

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Alfabetización** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Durante esta sesión, aprenderá sugerencias, estrategias y recursos adicionales para apoyar a su niño o adulto joven con las actividades de alfabetización en el hogar. Las áreas de alfabetización que se abordan en esta sección incluyen: apoyos para lectura compartida, acceso a libros, apoyos para la identificación y decodificación de palabras, apoyos para el reconocimiento del abecedario, apoyos para el reconocimiento fonológico, apoyos para la comprensión y apoyos para la escritura.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Carolann Cormier, especialista en educación/patóloga del habla y el lenguaje, CREC
 - Lisa Fiano, especialista en educación, CREC
 - Nicole Natale, especialista en educación sénior, CREC
- [Mire el seminario virtual sobre Alfabetización.](#)

- [Descargue la presentación sobre Alfabetización.](#)

4. [Matemáticas](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Matemáticas** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Las matemáticas pueden ser muy complejas para padres e hijos por igual; por lo tanto, mantenga la comunicación con el equipo de la escuela de su hijo/a, quienes podrán ayudar a que el niño o adulto joven practique las habilidades más esenciales sin agotarse. Durante este seminario virtual grabado, aprenderá sobre "potenciadores de confianza", algunas prácticas para usar con estudiantes cuando trabajen en asignaturas que podrían causarles frustración. Además, compartiremos algunos enlaces a recursos en sitios web de matemáticas, enlaces a consejos y sugerencias sobre distintas maneras de practicar matemáticas todos los días con materiales del hogar a fin de regular el tiempo de pantalla, y enlaces a información y recursos adicionales que podrían ser útiles para que las familias involucren a sus niños o adultos jóvenes en actividades matemáticas significativas en el hogar.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Christopher M. Barclay, consultor educativo y conductual/psicólogo licenciado, EASTCONN
- [Mire el seminario virtual sobre Matemáticas.](#)
- [Descargue la presentación sobre Matemáticas.](#)

5. [Ciencias/Estudios Sociales/Eventos Actuales](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Ciencias/Estudios sociales/Eventos actuales** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Las ciencias, los estudios sociales y los eventos actuales son muy importantes en las vidas de todos los niños. Desarrollan el lenguaje, el vocabulario, la comprensión lectora, el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la indagación y las habilidades de escucha. Únase a nosotros para aprender sugerencias, estrategias y recursos adicionales para involucrar a su niño o adulto joven en actividades en el hogar divertidas, creativas y significativas sobre ciencias, estudios sociales y eventos actuales.

- Presentadores:
 - Colleen Hayles, consultora educativa, CSDE
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Emily Carrin, maestra de educación especial, Oak Hill School
 - Courtney Molloy, maestra de educación especial, Oak Hill School

- Breanna Guida, directora de educación, Oak Hill School
- [Mire el seminario virtual sobre Ciencias/estudios sociales/eventos actuales.](#)
- [Descargue la presentación sobre Ciencias/estudios sociales/eventos actuales.](#)

6. [Actividad Física/Movilidad](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección Actividad física/movilidad de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). De acuerdo con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, los niños y adolescentes deben estar activos durante al menos 60 minutos por día. Durante esta sesión, aprenderá consejos, sugerencias y recursos adicionales que le servirán de apoyo cuando involucre a su niño o adulto joven en actividades físicas significativas en el hogar.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Mike Pietruszka, maestra de educación física adaptada, CREC
- [Mire el seminario virtual sobre Actividad física/movilidad.](#)
- [Descargue la presentación sobre Actividad física/movilidad.](#)

7. [Habilidades Para la Vida/Habilidades de Autoayuda](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Las habilidades para la vida son habilidades o tareas funcionales que desarrollan la independencia, mejoran las habilidades del funcionamiento ejecutivo, estimulan el pensamiento positivo y fortalecen la autoestima y el autocontrol.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Julia Murphy, maestra de educación especial, CES
- [Mire el seminario virtual sobre Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda.](#)
- [Descargue la presentación sobre Habilidades para la vida/habilidades de autoayuda.](#)

8. [Arte](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Arte** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Las experiencias artísticas son importantes para todos los niños de todos los niveles de capacidades. Crear arte proporciona estímulo intelectual, experiencias relajantes y la tan necesaria diversión. Durante esta sesión, aprenderá consejos, sugerencias y recursos adicionales que le servirán de apoyo cuando involucre a su niño o adulto joven en actividades artísticas significativas en el hogar.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Elisabetta Corraro, maestra de arte, CES
 - Roxanne Crane, terapeuta de arteterapia, Oak Hill School
- [Mire el seminario virtual sobre Arte.](#)
- [Descargue la presentación sobre Arte.](#)

9. [Actividades y Apoyos Sensoriales](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección **Actividades y apoyos sensoriales** de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). Aunque estemos practicando el distanciamiento social, seguimos siendo seres sensoriales viviendo en un mundo sensorial. Un lugar con sonidos, olores, sabores y vistas. La respuesta a las experiencias sensoriales es única para cada uno de nosotros. Durante esta sesión, describiremos un modelo de procesamiento sensorial simplificado para pensar en los diferentes patrones en los que podemos caer al recibir, interpretar y usar información sensorial (es decir, buscadores, espectadores, sensitivos y evasivos). Además, repasaremos algunos consejos y sugerencias a medida que comienza a explorar las actividades y los apoyos sensoriales que se ajustan a los patrones de procesamiento sensorial de su hijo/a, y proporcionaremos recursos adicionales para ayudar a las familias a descubrir estrategias sensoriales que estimulen el desarrollo regulatorio saludable.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Jennifer Lussier, coordinadora de participación de la familia, CPAC
 - Joyce E. Rioux, subdirector de terapias - modelos de programas "Integrado", CREC
- [Mire el seminario virtual sobre Actividades y apoyos sensoriales.](#)
- [Descargue la presentación sobre Actividades y apoyos sensoriales.](#)

10. [Juego y Ocio](#)

Durante esta sesión grabada, proporcionaremos a las familias y los educadores un resumen de la información y los recursos que se incluyen en la sección [Juego y ocio](#) de la guía de recursos [Apoyo para padres/cuidadores de estudiantes con altas necesidades durante la pandemia por COVID-19](#). El juego, la recreación y el ocio son fundamentales para todos los estudiantes, especialmente ahora. Estas actividades ofrecen un recreo y un giro mental de las lecciones tan necesario, y también pueden proporcionar la tan necesaria estimulación sensorial y de la motricidad gruesa. Durante esta lección, repasaremos algunas ideas importantes a considerar y proporcionaremos enlaces a sitios web que ofrecen ideas, conceptos y sugerencias sobre el juego para apoyar a las familias a involucrar a sus niños o adultos jóvenes en actividades de juego significativas en el hogar.

- Presentadores:
 - Alycia M. Trakas, consultora educativa, CSDE
 - Karen Helene, directora de educación, Benhaven, Inc.
 - Dan Kahl, maestro de educación especial/capacitador en PMT, Benhaven, Inc.
- [Mire el seminario virtual sobre Juego y ocio.](#)
- [Descargue la presentación sobre Juego y ocio.](#)

GUÍA DE RECURSOS

Puede acceder a la guía de recursos completa a través de la siguiente dirección web: <https://portal.ct.gov/-/media/SDE/Special-Education/Covid/Apoyo-Para-PadresCuidadores-de-Estudiantes-Con-Altas-Necesidad-Durante-la-Pandemia-por-COVID19Guia.pdf> (para verlo en inglés, <https://tinyurl.com/parentsighneeds covid-19>).

ONE-PAGER

Además, puede usar el siguiente enlace para descargar la guía de recursos [one-pager](#).