Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

GUÍA PRÁCTICA
PARA FAMILIAS
Y EDUCADORES

De las palabras a la acción

Ideas sencillas para dar instrucciones claras y facilitar la participación de los niños.



Diez situaciones cotidianas

Ejemplos para casa y escuela

Una hoja práctica para tu día a día.

Empieza aquí

Cuatro pasos para dar instrucciones más claras.

Pequeños cambios en la forma de comunicar pueden hacer más accesibles las tareas de todos los días.



1

Conecta

Acércate y busca un momento de atención. Habla con un tono tranquilo, desde una distancia que permita escucharte.



2

Di la acción concreta

Usa palabras claras y conocidas. Nombra una sola acción a la vez.



3

Acompaña cuando ayude

Puedes señalar, mostrar el objeto o hacer juntos el primer paso.



4

Da tiempo y observa

Después de dar la instrucción, espera unos segundos. Si sigue siendo difícil, puede necesitar otro apoyo o una adaptación.

Una indicación clara no garantiza que el niño pueda realizar la actividad, pero puede hacer más accesible la comunicación.

Antes y después

Pequeños cambios, grandes diferencias

Una misma idea puede expresarse de muchas formas.
Aquí tienes algunos ejemplos de cómo hacer las instrucciones más concretas y fáciles de seguir.

Instrucciones más claras ayudan a los niños a sentirse más seguros y a participar con más facilidad en sus actividades diarias.

EN VEZ DE DECIR:

"Recoge todo este desorden".



PRUEBA CON:

"Pon los carros en esta caja".



EN VEZ DE DECIR:

"Vístete que ya es tarde".



PRUEBA CON:

"Ponte esta camiseta".



EN VEZ DE DECIR:

"Empiecen la actividad de la página".



PRUEBA CON:

"Busca la primera imagen de la página y enciérrala con un lápiz".



Pequeñas modificaciones en la forma de comunicar pueden hacer una gran diferencia en la colaboración, la independencia y la confianza de los niños.

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

Pequeños cambios en las rutinas

Rutinas más claras ayudan a los niños a anticipar lo que viene, reducen la frustración y favorecen su independencia.

Estas son algunas situaciones cotidianas y formas de dar instrucciones más claras. Puedes adaptarlas a las necesidades de cada niño.

1 Recoger los juguetes

Indicación general:
"Recoge todo este desorden".

Podemos probar:
"Pon los carros en esta caja".
Apoyo posible: señalar la caja y guardar juntos el primer carro.



2 Vestirse

Indicación general:
"Vístete que ya es tarde".

Podemos probar:
"Ponte esta camiseta".
Apoyo posible: mostrar la camiseta y ayudar a identificar por dónde empezar.



3 Lavarse las manos

Indicación general:
"Ve a asearte".

Podemos probar:
"Abre el grifo para lavarte las manos".
Apoyo posible: demostrar el primer paso y acompañar la secuencia cuando sea necesario.



4 Prepararse para salir

Indicación general:
"Busca todo lo que necesitas y prepárate".

Podemos probar:
"Trae tu mochila, tus zapatos y tu chaqueta".
Apoyo posible: señalar dónde están y presentar después la siguiente acción.



Pequeñas modificaciones en la forma de dar instrucciones pueden hacer una gran diferencia en la participación y la autonomía de los niños.

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

GUÍA PRÁCTICA
PARA FAMILIAS
Y EDUCADORES

Indicaciones para participar en el aula

Estas son algunas situaciones frecuentes y ejemplos de instrucciones más concretas.

Un ambiente escolar con indicaciones claras ayuda a los niños a sentirse más seguros, participar con más facilidad y desarrollar su autonomía.

5 Preparar los materiales

Indicación general:
"Prepara todo para trabajar".

Podemos probar:
"Coloca tu cuaderno, lápiz y borrador sobre la mesa".

Apoyo posible:
Mostrar una imagen o checklist de los materiales.



6 Comenzar una actividad

Indicación general:
"Empieza la actividad de la página".

Podemos probar:
"Busca la página 3, mira la primera imagen y encierra la manzana".

Apoyo posible:
Señalar el punto de inicio y mostrar un ejemplo de la acción.



7 Guardar los útiles

Indicación general:
"Guarda todo para la siguiente clase".

Podemos probar:
"Guarda los colores dentro del estuche, cierra el estuche y ponlo en tu mochila".

Apoyo posible:
Usar imágenes en secuencia o tarjetas de pasos para recordar el orden.



Pequeñas modificaciones en la forma de dar instrucciones pueden hacer una gran diferencia en la participación y el aprendizaje de los niños.

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

GUÍA PRÁCTICA
PARA FAMILIAS
Y EDUCADORES

Cuando necesitamos cambiar de actividad

Las transiciones pueden ser difíciles para algunos niños. Estas estrategias e indicaciones pueden ayudar a hacer los cambios más claros y predecibles.

Anticipar lo que viene y dar indicaciones claras ayuda a los niños a sentirse más seguros, reducir la frustración y adaptarse mejor a los cambios.

8 Avisar que se va a cambiar

Indicación general:
"Ya vamos a otra cosa".

Podemos probar:
"En 5 minutos terminamos y luego vamos a la merienda".

Apoyo posible:
Usar un temporizador visual o un reloj para mostrar el tiempo.



9 Dejar una actividad preferida

Indicación general:
"Deja el juego y ven".

Podemos probar:
"Termina esta pieza, guarda los bloques y ven a lavarte las manos".

Apoyo posible:
Usar una secuencia visual con los pasos de la transición.



10 Pasar de una actividad a otra en el aula o en casa

Indicación general:
"Ahora vamos a la siguiente actividad".

Podemos probar:
"Terminamos de leer y ahora vamos a la mesa de arte".

Apoyo posible:
Mostrar las dos actividades (ahora - después) con imágenes o tarjetas.



Cuando los niños saben qué va a pasar y qué se espera de ellos, los cambios de actividad pueden ser más tranquilos y positivos.

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

Mi pequeño plan

Usa este espacio para pensar en las situaciones de tu día a día y planear cómo dar indicaciones más claras, usando las estrategias de esta guía.

Un plan sencillo y realista te ayuda a ser más consistente y a ver pequeños grandes avances cada día.

1 Elige una situación

Piensa en una rutina o momento del día en el que quieras dar indicaciones más claras.



☐ En casa (mañana, tarde o noche)



☐ En el colegio o escuela



☐ En el juego o tiempo libre



☐ Durante las comidas



☐ En una transición (cambio de actividad)



☐ Otra ¿Cuál? _____

2 Define la instrucción

Escribe cómo sueles dar la indicación y luego, escribe una versión más clara y concreta usando las estrategias de la guía.



Instrucción que suelo dar:

_____
_____
_____
_____

Instrucción más clara y concreta:

_____
_____
_____
_____

3 Planifica los apoyos

Marca o escribe qué apoyos vas a usar para ayudar a tu niño(a) a comprender y recordar la instrucción.



☐ Imagen o tarjeta



☐ Gestos



☐ Lista de pasos



☐ Temporizador



☐ Materiales visuales

☐ Otro: ¿Cuál? _____

4 Ponlo en práctica

Escribe cuándo lo vas a intentar y cómo sabrás que está funcionando.



¿Cuándo lo voy a intentar?

_____
_____
_____

¿Cómo sabré que está funcionando?

_____
_____
_____

Recuerda: cada pequeño paso cuenta.
Con consistencia, los niños comprenden mejor, participan más y se sienten más seguros.

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

GUÍA PRÁCTICA
PARA FAMILIAS
Y EDUCADORES

Tarjeta de consulta rápida

Estrategias clave para dar indicaciones más claras

Guarda esta página en un lugar visible para recordarla cada día.

Una guía sencilla para tener a mano y recordar las ideas más importantes.

1 Sé claro y específico

Usa palabras simples y concretas. Da una instrucción a la vez.



"Pon tu camiseta".

2 Usa apoyos visuales

Las imágenes, gestos u objetos ayudan a comprender y recordar la instrucción.



3 Anticipa los cambios

Avisar con tiempo ayuda a reducir la frustración y facilita las transiciones.



"En 5 minutos terminamos y luego vamos a la merienda".

4 Dale tiempo

Después de dar la instrucción, espera unos segundos para que pueda procesar y responder.



5 Usa las mismas palabras

La consistencia ayuda a comprender mejor y a recordar la instrucción.



"Siéntate en tu silla".

6 Refuerza y celebra

Reconoce su esfuerzo, aunque sea un pequeño paso. Esto motiva y genera confianza.



"¡Muy bien! Lo hiciste".



Mensaje final

Dar indicaciones más claras es una forma de apoyar a los niños en su desarrollo, fortalecer su confianza y crear experiencias más positivas en casa, en la escuela y en cualquier lugar.

Pequeñas palabras, grandes avances.

Referencias bibliográficas

- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168.
- Center on the Developing Child at Harvard University. (2012). *InBrief: Executive Function.* Recuperado de: https://developingchild.harvard.edu/resources/inbrief-executive-function/
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2024). *Steps for Giving Good Directions.* Recuperado de: https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/communication/giving-good-directions.html
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2024). *Practice Parenting Skills: Giving Directions.* Recuperado de: https://www.cdc.gov/parents/essentials/giving-directions.html

Educ-ARTE
Aprendiendo con amor

Autor: Educ-ARTE by Laura Gonzalez