

# Guía Informativa en Español



## Guía para Tarea

Es necesario que los estudiantes dominen las habilidades de tarea. Enseñan la autosuficiencia, la responsabilidad y cómo seguir instrucciones. A pesar de estos beneficios, los padres se encuentran lidiando con la apatía y el desinterés de sus hijos en la tarea. Cuando ese niño también tiene autismo, los padres pueden encontrar desafíos adicionales que incluyen déficit de atención, berrinches o dificultades con la organización. Este kit de herramientas ofrecerá consejos para usar en aquellos días en que la tarea es más difícil de completar debido a la falta de cooperación o interés. También hay recursos adicionales y sugerencias para los cuidadores.

Milestones ofrece servicios de consulta a todos los miembros de la familia, profesionales y autogestores. Los servicios incluyen conectar a los participantes a los recursos y proporcionar información general y asistencia. También ofrecemos un servicio de asistencia gratuita sobre autismo. Si tiene alguna pregunta o inquietud, contáctenos al (216) 464-7600.

## Consejos para el éxito de la tarea

### ¿Cuándo es el mejor momento para hacer la tarea?

Algunos niños pueden necesitar tiempo para reagruparse, relajarse o jugar después de la escuela, y algunos pueden querer hacerlo de inmediato. Decidan juntos a qué hora comenzar la tarea y asegúrese de cumplir con ese horario todos los días, lo mejor que puedan. La experimentación lo ayudará a determinar qué hora del día funciona mejor para su hijo. Es posible que deba pensar de una forma creativa: ¿es su hijo madrugador? Tal vez intente hacer la tarea en la mañana antes de la escuela. ¿Están dispuestos a quedarse después de la escuela? Quizás su escuela tiene un "club de tareas" donde pueden obtener ayuda de los maestros y completar todo en la escuela.

La organización es la clave para asegurarse de que todo se haga. Siéntese cada día con su hijo(a) y revise su tarea para esa noche. Calcule cuánto tiempo llevará cada tarea y qué implica. Juntos pueden hacer un horario y decidir cuándo y dónde hacen su trabajo, siempre que la ubicación promueva buenas habilidades de estudio. (Ver enseñar buenas habilidades de estudio a continuación).

Si va a haber una interrupción en la rutina típica de la tarea, tenga una conversación con su hijo con suficiente antelación de antemano (es decir, "dado que vamos a su concierto de la escuela esta noche, tendrá que terminar su tarea antes de que nos vayamos." "No puedes ir si tu tarea no está terminada.")

### Use intereses especiales para motivar

Algunos estudiantes con autismo se obsesionan con sus intereses favoritos, como animales o un personaje de

una película favorita. Si puedes vincular la tarea a su enfoque, ¡será mucho más motivador para ellos! Sugiera que puedan pasar tiempo con ese interés una vez que completen una cantidad específica de tarea (es decir, un niño puede jugar con juguetes de dinosaurios durante 5 minutos después de terminar 5 problemas). La excepción a esto sería el videojuego o el tiempo en la computadora, ya que es probable que los pequeños incrementos creen argumentos; guárdelos como recompensas hasta que termine la tarea.

### **Un contrato en blanco y negro**

Sea muy específico cuando se comunique sobre la tarea y sus expectativas. Puede escribir sus expectativas como un contrato para que su hijo lo firme y revisarlo antes de comenzar la tarea todos los días. Debería haber consecuencias si no se sigue el contrato. A medida que aumenta la carga de tareas de su hijo, es posible que deba modificar el contrato en consecuencia.

### **Colorea su mundo**

Dándole codificación de colores a los temas realmente pueden ayudar. Haga que cada tema esté representado por un color diferente y combine la carpeta, el cuaderno y la cubierta del libro con los colores designados. Trabaje con el equipo escolar de su hijo / hija para ayudar a reforzar su sistema de codificación de colores. También puede codificar los temas de color en un organizador para ayudar a realizar un seguimiento de las tareas. A algunas escuelas les gusta usar un sistema establecido para sus clases, por lo que es posible debe modificar su plan para combinarlo con su escuela.

### **"¡La tarea es estúpida!"**

Explicar por qué su hijo / hija necesita hacer la tarea puede ser una conversación diaria. Eso:

- alienta a los estudiantes a tomar la iniciativa y la responsabilidad de completar una tarea.
- refuerza las habilidades, conceptos e información aprendidos en clase.
- enseña a los estudiantes a trabajar de manera independiente, desarrollar habilidades de autodisciplina y gestión del tiempo.
- prepara a los estudiantes para los próximos temas de la clase.
- ayuda a conectar el aprendizaje escolar con el mundo exterior.

## **Enseñar buenas habilidades de estudio**

**Establezca reglas básicas**, como a qué hora debe hacerse la tarea, cuándo puede haber tiempo para relajarse y por cuánto tiempo, o si él / ella puede escuchar música mientras hace la tarea. Incluya estas reglas básicas en su contrato de expectativas (ver arriba).

### **Ambiente**

Deje que su hijo(a) elija dónde prefiere trabajar, siempre que sea propicio para el aprendizaje. Un área tranquila, libre de distracciones con los suministros apropiados cerca es la mejor opción. Permitir que un estudiante use su habitación donde no está supervisado puede no ser la mejor opción: muchos niños lo necesitan cerca de su lugar de trabajo, ya que evitará que se distraigan. Sin embargo, un escritorio o mesa no es absolutamente necesario; si piden tumbarse en el suelo, sentarse en un sofá o incluso pararse en un mostrador, puede funcionar bien, siempre que puedan concentrarse en la tarea en cuestión.

### **Use un temporizador**

Agregar un temporizador puede ayudar al proceso. Puede usarlo para ayudar a visualizar una ventana de tiempo para trabajar, o para dictar cuándo tomar un descanso. Dependiendo de la cantidad de trabajo y la tolerancia del estudiante para sentarse y concentrarse, es posible que su hijo / a necesite tomar múltiples

descansos durante una sesión de tarea. Consulte nuestro Kit de herramientas de soporte visual en línea para obtener otras ideas sobre señales visuales para ayudar con la tarea. <https://www.milestones.org/resources/tool-kits/visual-supports-tool-kit>

Mida cada descanso: haga que su hijo(a) se registre cuando comience el descanso y luego infórmele cuando se acabe el tiempo (los niños mayores pueden tomarse el tiempo). Ofrezca comentarios alentadores: "cuando termine su tarea, el resto de la noche le pertenece a usted."

### **Sepa cuándo pedir ayuda**

A veces, lo más difícil de enseñar a un niño es no depender de los padres para resolver el problema por ellos. Enséñeles a hacer todo lo posible y a responder las preguntas que entienden antes de pedir ayuda. Si su maestro permite usar su libro o notas para ayudarlos, recuérdelo a su hijo/hija que regrese y que los consulte.

### **Prueba la enseñanza previa**

La enseñanza previa significa leer un libro de texto junto con su hijo y desglosar conceptos antes de que se enseñe en clase; puede marcar una gran diferencia en su comprensión de los materiales. Esto cae dentro de la tarea porque, aunque no está asignado, puede ser una actividad de tarea esencial. También puede turnarse para leer en voz alta los párrafos de las tareas y novelas en la escuela intermedia. Puede darle la oportunidad de explicar cosas que son interacciones implícitas o interpersonales que pueden no entenderse. También puede ser una excelente manera de saber en qué está trabajando su hijo.

### **Gestionar proyectos más largos**

Si se asigna un proyecto largo, siéntese y discuta el proyecto. Calcule el tiempo necesario para completarlo y arme una línea de tiempo. Haga una lista de las tareas y el tiempo aproximado necesario para completarlas, y cree un calendario que se pueda publicar en un área común de su hogar. Use las herramientas visuales tanto como sea posible para ayudar a planificar y programar las fechas de vencimiento de la tarea y las tareas. Este proceso ayudará a enseñar a organizar el tiempo sabiamente y a no dejar nada para el último minuto. Marque cada paso a medida que se completa y planifique un regalo especial para cuando se entregue el proyecto.

Pídale al maestro de su hijo/hija ejemplos de proyectos pasados que hayan recibido altas calificaciones; estos pueden ser ejemplos concretos del proyecto terminado y del nivel de trabajo que el maestro espera.

## **El papel del cuidador**

### **Mantén la calma y la resolución**

Si un padre se enoja con su hijo / hija durante la tarea, es mejor alejarse y tomar un descanso. Si es necesario, haga que otro adulto intervenga. Si tiene un niño que tiene dificultades para comenzar, pase los primeros cinco minutos con ellos. Asegúrese de que entiendan su tarea. Si discutes con tu hijo / hija por hacer la tarea, ¡ya has perdido! Ceder ante la presión del comportamiento negativo puede conducir a hábitos negativos, así como a un comportamiento desafiante en el futuro.

### **Mantente positivo**

Un enfoque positivo puede ayudar a su hijo / hija a mantener su buen humor al completar sus tareas. También puede ayudar con su autoestima y darles la confianza para hacer su mejor trabajo.

### **Esté disponible para ayudar**

Es posible que no necesite sentarse con su hijo, pero manténgase cerca para que no tenga que buscarlo si necesita ayuda.

## **Se un ejemplo a seguir**

Mientras su hijo / a está haciendo la tarea, puede ayudar a su hijo a ver que las habilidades que está practicando están relacionadas con las cosas que hace como adulto (como escribir una lista de compras, pagar facturas, leer el periódico).

## **Proporcionar refuerzo positivo**

Completar la tarea tiene recompensas, negarse a hacer la tarea tiene consecuencias negativas. Elija dos o tres objetivos de comportamiento para su hijo/hija y escríbalos en una tabla (es decir, si gritar es la peor parte del tiempo de tarea, puede incluir: "Hable con voz tranquila" o "termine toda la tarea con una actitud positiva.") Exprese objetivos positivamente. Al final de cada sesión de tarea, discuta el progreso y recompense por una experiencia positiva. Hay muchas ideas positivas de recompensa de refuerzo, desde permitir tiempo extra en la computadora, hasta una salida familiar favorita, hasta un codiciado juguete. También puede crear una tabla de recompensas, como se describe en nuestro Kit de herramientas de soporte visual. Muchas ideas también se pueden encontrar en línea.

## **Abogar por ellos**

Asegúrese de desarrollar una relación con los maestros, directores y personal de apoyo de su hijo todos los años. Asista a las noches de currículo, conferencias de padres / maestros y otras funciones escolares, y pase por un "hola" casual tan a menudo como pueda. El correo electrónico también es una excelente manera de consultar periódicamente con los maestros. Comparta con los maestros cuánto tiempo trabaja su hijo en la tarea para su clase y qué nivel de ayuda le brinda. Obtenga su opinión y sugerencias.

## **¡Enséñales a abogar!**

¿Su hijo empaca su mochila cada mañana? ¿Están preparados para sus clases y traen los materiales correctos? ¿Recuerda él / ella traer materiales a la casa para las tareas, y recuerdan entregar las tareas al maestro cuando las haya completado?

Es común que los niños con TEA hagan la tarea, pero no la entreguen. A veces el maestro no pidió que se entregue, pero asumió que los estudiantes saben el lugar donde colocarla o la rutina para entregarla. necesita tener un bolsillo especial para las tareas completadas, entrene a su hijo para que lo entregue y luego verifique para asegurarse de que se entregó. Algunas veces se necesitan recordatorios al principio.

Enseñar cómo prepararse para su día escolar es un paso importante en la autodefensa. Del mismo modo, deben aprender a abogar por sí mismos en la clase: hacer preguntas cuando algo no está claro u obtener más información de un compañero de clase.

## **Usa las reuniones del IEP y sé creativo**

Es posible que necesite abogar por que se modifique la carga de tareas de su hijo debido a la frustración, las habilidades de comunicación o el tiempo que le toma a su hijo(a) completar las tareas. Durante su reunión anual de IEP, discuta estas opciones con su equipo.

Puede solicitar modificaciones de tarea de muchas maneras creativas. Aquí hay algunas ideas:

- Un maestro puede reducir la cantidad de problemas o especificar la cantidad de tiempo que su hijo / hija pasa en las tareas.
- Si escribir es un desafío, su hijo podría dictar su tarea de escritura mientras transcribe. O tal vez se les permita escribir asignaciones más breves o se les dará más tiempo para completarlas.

- ¿Su hijo/hija lucha con la organización? Puede solicitar que su IEP incluya tener un segundo conjunto de libros de texto para guardar en casa, o ayudar a recordar completar un planificador diario.
- El tiempo extendido para tomar exámenes o completar proyectos importantes podría aliviar el estrés adicional.

### **La tecnología puede ayudar con la tarea**

Los estudiantes pueden confiar en las aplicaciones de tareas para realizar un seguimiento de varias materias, o las escuelas pueden tener sitios web que enumeran todas las tareas para ayudar a las familias a realizar un seguimiento. Una vez que un niño ingresa a la escuela intermedia y secundaria, hay varias clases con múltiples asignaciones de tareas, tanto a largo como a corto plazo. Si su hijo / a es un experto en tecnología, usar una aplicación podría ser la mejor manera de ayudarlo a mantenerse organizado.

## **¿Debo contratar a un tutor o mentor para mi hijo?**

### **Mentor de tarea**

¿Tiene su hijo un mentor, alguien a quien su hijo/hija admire (un niño mayor, "más cool"), o posiblemente un hijo mayor de uno de sus amigos? Considere pedirle a esta persona que sea un "ayudante con la tarea" uno o dos días a la semana (podría ofrecer pagarle). Considere reunirse en la biblioteca o en su casa donde puedan hacer la tarea juntos.

### **Contratación de un tutor**

Los niños tienden a responder mejor a una figura de autoridad que no tiene un vínculo emocional con ellos. Traer a alguien que no tiene ese vínculo emocional puede ayudar a cambiar los comportamientos y el enfoque, así como aumentar su disposición a esforzarse más. Pregunte en la escuela de su hijo; a algunos maestros les gusta ser tutores para ganar dinero extra. Una tabla de trabajo de la universidad local puede ser otra buena forma de encontrar un tutor. No necesita tener un tutor en su casa, puede hacer arreglos para reunirse con ellos en la biblioteca o en una cafetería.

## **Mi hijo a menudo lucha con la tarea**

### **¿Debería estar preocupado?**

**No necesariamente:** trate de identificar qué impide que su hijo haga la tarea o se enoje cuando sea el momento de completarla. Siéntese con él/ella para asegurarse de que sepa lo que se espera. Si no puede explicar la tarea, es posible que a) no la entienda; b) están abrumados por la cantidad; o c) están aburridos con la tarea asignada.

### **Trabajar con los profesores y la escuela**

Desarrolle una buena relación con el (los) maestro (s) de su hijo o hija y asegúrese de tener acceso a las tareas y calificaciones diarias, que a menudo se publican en línea. Lleve sus inquietudes a un maestro, consejero u otro profesional (es decir, un psicólogo escolar) para obtener comentarios y sugerencias sobre cómo seguir adelante. Tenga una buena línea de comunicación con el equipo de su escuela, ya sea por correo electrónico, teléfono o una reunión en persona para revisar los problemas o luchas que siente que su hijo está teniendo.

## Recursos adicionales

Vea nuestro Kit de herramientas de actividades para después de la escuela y habilidades de ocio independiente para obtener consejos adicionales para las tareas, así como sobre habilidades para el tiempo libre independiente y otras actividades extracurriculares.

<https://www.milestones.org/resources/tool-kits/afterschool-activities-independent-leisure-skills-tool-kit>

Pregunte a Recursos Rose para estudiantes: <https://askrose.org/studentresources/>

Terapias del espectro autista Regreso a la escuela: consejos para la tarea:

<https://autismtherapies.com/back-to-school-homework-tips/>

Autism Support Network: Autismo, tareas y más: <http://www.autismsupportnetwork.com/news/autism-homework-beyond>

Ayuda de matemáticas y lectura: [http://mathandreadinghelp.org/article\\_directory/Tutoring.html](http://mathandreadinghelp.org/article_directory/Tutoring.html)

Mi hijo con Asperger: Regreso a la escuela "Hoja de consejos rápidos":

<http://www.myaspergerschild.com/2015/08/back-to-school-quick-tip-sheet-for.html>

Mi hijo con Asperger: Negarse a hacer la tarea:

<http://www.myaspergerschild.com/2011/02/refusing-to-do-homework-25-tips-for.html>

Mi hijo con Asperger: Los niños con Asperger y los problemas con las tareas escolares:

<http://www.myaspergerschild.com/2011/03/aspergers-children-and-homework.html>

Bright Hub Education: Niños en el espectro autista - Aprendiendo a priorizar:

[https://www.brighthubeducation.com/special-ed-neurological-disorders/66974-assigning-modifying-homework-when-teaching-children-with-autism/?cid=parsely\\_rec](https://www.brighthubeducation.com/special-ed-neurological-disorders/66974-assigning-modifying-homework-when-teaching-children-with-autism/?cid=parsely_rec)

Ayudar a su hijo de primaria con la tarea:

<https://kidshealth.org/en/parents/help-gradeschooler-homework.html>

Ayudar a su hijo adolescente con la tarea: <https://kidshealth.org/en/parents/help-teen-homework.html>

*El síndrome de Asperger y la adolescencia: soluciones prácticas para el éxito escolar* por Diane Adreon and Brenda Smith Myles, Autism Asperger Publishing Company, 2001

*Ayudar a los estudiantes con trastorno del espectro autista a expresar sus pensamientos y conocimientos por escrito: consejos y ejercicios para desarrollar habilidades de escritura* por Elise Geither and Lisa Meeks. Jessica Kingsley Limited, 2014

Las opiniones expresadas en esta publicación son las de los autores y pueden no reflejar la posición oficial de Milestones Autism Resources. La publicación está diseñada para proporcionar orientación sobre el tema cubierto. Se publica con el entendimiento de que Milestones Autism Resources no participa en la prestación de servicios legales, médicos o profesionales. Si el asesoramiento o asistencia legal, médica o de otro tipo experta es requerido, se deben buscar los servicios de un profesional competente.