



# Horario visual

Un horario visual ayuda a los niños con autismo y TDAH a entender qué viene después, sentirse con más control y hacer la transición entre actividades con menos estrés.



## Cómo Usar tu Horario Visual

### 1. Imprime y Prepara

Imprime, recorta los íconos y pégalos con velcro/cinta.

### 2. Construyan Juntos

Deja que tu hijo coloque los íconos. Mantén 3-4 pasos.

### 3. Úsalos a Diario

Muéstralos al inicio. El niño mueve o marca los pasos.

### 4. Anima y Refuerza

Elogia el progreso y pregunta: "¿Qué sigue?"

### 5. Ajusta

Cambia íconos según la rutina. Reduce pasos si se siente abrumador.

# Acciones



LEVANTARSE



DESAYUNO



LAVARSE LOS DIENTES



VESTIRSE



PREPARAR MI MOCHILA



ESCUELA



ALMUERZO



TAREAS



JUGAR CON AMIGOS



PASEO EN BICICLETA

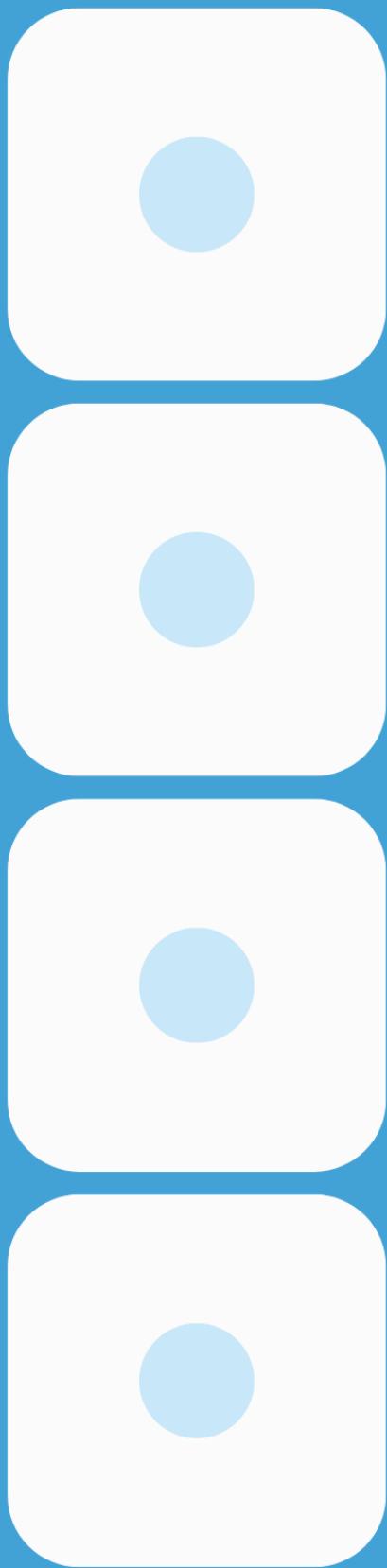


BAÑARSE



A DORMIR

# Cronograma



# Hecho

