

# Actividades para alumnas y alumnos que asisten a Formación para el trabajo en el CAM.



# Presentación

Abril, 2020.

La Dirección de Educación Especial pone a su disposición un compendio de actividades sencillas y funcionales que los alumnos de diferentes edades pueden realizar en casa.

Estas actividades fueron diseñadas con el propósito de ejercitar en casa algunas habilidades básicas como son la comunicación, la lectura y la escritura funcionales, nociones matemáticas, así como aspectos de la vida diaria, el autocuidado, del trabajo, entre otros.

Usted puede rediseñar las actividades, haciéndolas más simples o más complejas dependiendo de la edad de los alumnos, con diferentes temas o con diferentes materiales que se tengan en casa.

Esperamos le sea de utilidad.



Nombre de la actividad: ¿Cómo me siento? Las emociones.

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo. Dispositivos básicos.

Destreza/habilidad: Identificación de emociones (Competencia ciudadana).

Material: revistas, periódicos, recortes de folletos, postales, hojas blancas, cartón reciclado, resistol, tijeras.

Desarrollo de la actividad:

1. Se le pregunta al joven si recuerda qué emociones podemos sentir, de lo que responda se le hace ver que es importante, si no responde nada le recordamos las principales emociones: contento, triste, molesto y asustado. Puede hacer las caras que correspondan a cada emoción, según vaya platicando sobre ellas, por ejemplo: cuando estamos contentos sonreímos (le mostramos nuestra mejor sonrisa), cuando estoy molesto le muestro mi cara de molesto y así con las emociones de triste y asustado.
2. Seguidamente entregue al joven revistas, periódicos, folletos, postales (lo que tengamos en casa), con el objetivo que el joven identifique en ellos a personas expresando las diferentes emociones (contentos, tristes, asustados, molestos) (si requiere de nuestra ayuda, lo vamos ayudando de manera verbal o señalando, con tranquilidad), después le pide que vaya recortando dos o tres figuras que correspondan a cada emoción, (si requiere ayuda para recortar lo vamos ayudando), al finalizar le pedimos al joven que pegue los recortes en una hoja o en un pedazo de papel o cartón que tengamos en casa, se le puede ayudar a escribir los nombres de cada emoción debajo de cada figura, armando así un cartel de Las emociones.
3. Al terminar colocamos el cartel en un lugar visible y le pedimos que cuando sienta alguna emoción vaya y nos la muestre en el cartel.

Nota: El cartel nos puede servir como familia para ir ayudando a nuestros hijos a manejar las emociones, una vez al día le podemos preguntar al joven ¿Cómo se siente? con la ayuda del cartel, él nos puede señalar o indicar cómo se siente y así se puede ir platicando con el joven para ir regulando (tranquilizando, animando) sus emociones.



Nombre de la actividad: Servicios de mi comunidad.

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Descripción de lugares, objetos ( competencia ciudadana).

Material: revistas, periódicos, recortes de folletos, postales, hojas blancas, cartón reciclado, resistol, tijeras, colores, diversos objetos.

Desarrollo de la actividad:

1. Platicar con el joven para preguntarle ¿recuerdas qué cosas hay en el lugar donde vivimos? ¿Cómo se llama el lugar donde vivimos? Si el joven tiene lenguaje oral escucharlo pacientemente y hacer comentarios sobre lo que él está diciendo, si no tiene un lenguaje oral, uno mismo va respondiendo las preguntas por ejemplo: vivimos en el pueblo de ----- y recuerdas que hay un parque y le describimos el parque y también hay ..... y nombramos los lugares más importantes del lugar donde vivimos, resaltando para qué sirven y si se puede se les da algún dato curioso o importante sobre el lugar, por ejemplo: tu tía Chonita trabaja en la tortillería, tu primo Paco es policía y trabaja en la comandancia ... etc.
2. Seguidamente mencionamos los que dan algún tipo de servicio por ejemplo la tortillería, el hospital, la escuela, la comandancia, terminal...etc. (escogemos los más importantes).
3. A continuación, entregamos al joven revistas, periódicos, folletos, postales (lo que tengamos en casa), con el objetivo que el joven identifique los servicios de los que hemos platicado y le pedimos que nos lo vaya describiendo haciéndole preguntas sencillas, por ejemplo ¿éste es un hospital? ¿de qué color es? ¿es grande o pequeño? ¿qué hacen ahí? ¿has ido alguna vez? ¿te gustaría ir? ...etc.; si el joven tiene lenguaje oral escuchamos sus respuestas, si no tiene le vamos explicando de manera muy sencilla y lo reforzamos dándole para tocar algunas texturas o que olfatee olores que sean comunes en los lugares de los que estamos hablando, por ejemplo cuando hablemos del hospital o consultorio podemos darle a tocar algodón y que olfatee un poquito de alcohol, si hablamos de la tortillería podemos darle a que toque una tortilla o masa, si hablamos de una terminal le podemos mostrar un boleto y dar un recorrido actuando como un camión y así sucesivamente.
4. Esta actividad se puede realizar por varios días, platicando cada día de un servicio de su comunidad, lo importante es esperar las respuestas del joven y propiciar que logre describir o dar respuestas a lo que se le pregunta.
5. Al igual puede pintar un dibujo, recortar una figura del servicio de su comunidad y pegarlo en su libreta.



Nombre de la actividad: ¡Escorando ando!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Clasificación (Competencia básica).

Material: ropa, cesto.

Desarrollo de la actividad:

1. Sacar en un bote, la ropa del joven de dos o tres tipos y revolverla, si su closet o lugar donde guarda su ropa no está ordenado se puede partir de ahí; pedirle que se fije cómo está la ropa, si dice que está desordenada se le dice que es correcto, si no menciona nada se le indica que está desordenada y se le explica de manera sencilla la importancia del orden.
2. De manera conjunta sacamos piezas muestra de su ropa, por ejemplo: un par de calcetines, un short, una playera, ...etc., con el joven colocamos cada pieza en un espacio (una mesa, cama o en un lugar donde el alumno tenga fácil acceso) de tal manera que cada pieza esté separada una de otra.
3. Le pedimos al alumno que vaya haciendo montones de ropas o grupos de ropa según los modelos (calcetines, short, playera...) que extendimos en el espacio ya mencionado, si el joven requiere ayuda, se la damos, si requiere que participemos con él todo el proceso agarrándole la mano o dándole indicaciones continuas igual lo realizamos; es importante platicar con el joven al estar realizando la actividad, por ejemplo decirle mira este short es de color rojo, o preguntarle ¿Cuál es tu playera favorita?, ¿éste es tu uniforme? Y así sucesivamente.
4. Después de terminar los montones, doblamos la ropa, mostrándole cómo se hace, pero respetándole su forma de hacerlo, evitar hacerlo sentir que está mal lo que hace, si en algún momento por alguna razón no puede hacerlo como se debe, hay que animarlo, ayudarlo y hacer que participe al menos en una parte de la actividad, así sea sostener o doblar alguna parte de la ropa.
5. Por último, colocar la ropa en su lugar y felicitarlo por lo que haya realizado.
6. Cabe señalar que, si el alumno se fatiga rápido, la actividad se puede hacer por partes, sin embargo, cuidando que al menos haya dos tipos de ropa, para que él pueda clasificar.



Nombre de la actividad: Mis plantas.

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Clasificación ( Competencia básica).

Material: plantas y árboles del jardín, hilos de tres colores; revistas, periódicos, folletos, postales (lo que tengamos en casa), resistol, tijeras y 3 hojas blancas.

Desarrollo de la actividad:

1. Se le comenta al joven la importancia de las plantas y árboles en nuestra vida diaria. Se les dice que las plantas y árboles nos dan oxígeno para respirar, que dejan bonito o agradable el lugar donde vivimos, pero que también algunas de ellas (plantas y árboles) nos dan frutos para que podamos comer y así alimentarnos y otros para poder curarnos de alguna dolencia.

2. la actividad se puede desarrollar de dos maneras.

La primera: le pedimos al joven que caminemos juntos por toda la casa, por el patio o jardín; que vayamos observando si tenemos alguna planta o árbol, es importante platicar sobre cada planta o árbol que veamos, se puede ir tocando y oliendo (sobre todo para los jóvenes que no tiene lenguaje oral o mucha posibilidad de movimiento); seguidamente buscamos hilos de tres colores diferentes y vamos clasificando las que son comestibles, medicinales y decorativas; por ejemplo colocamos un hilo azul a todas las que se puedan comer o den frutos para comer como la hierbabuena, el apazote, los arboles de naranjas, limones...etc.; un hilo verde a la que nos puede curar de algo como por ejemplo un árbol de naranja agria, una planta de belladona o un arbusto de bugambilias; un hilo rosa para todas aquellas que son decorativas; el joven tendrá un referente visual ( los hilos de colores) para que las pueda ir identificando de qué tipo son, es importante asignarle una tarea cotidiana como por ejemplo regar las plantas y árboles cuando corresponda, seguir platicando sobre ellas o sembrar más plantas o árboles en casa, continuando con la clasificación.

La segunda: pedirle al joven que junto con un adulto busque en revistas, periódicos, folletos, postales (lo que tengamos en casa) árboles y plantas, seguidamente pedirle que las recorte (si no puede recortar las figuras, le ayudamos), después de tener los recortes le ayudamos a clasificarlas en comestibles, medicinales y decorativas, le vamos recordando la explicación de manera muy sencilla de cada tipo de planta o árbol, pegamos los recortes en hojas diferentes, tendríamos tres hojas, una con recortes de plantas y árboles comestibles, otra hoja con plantas y árboles medicinales y una última con plantas y árboles decorativas, seguidamente seleccionamos junto con el joven algún tipo de planta o árbol que quisiéramos sembrar y tomamos el acuerdo para sembrarlo; si es posible identificamos una planta en el hogar y platicamos sobre ella (se distingue si es comestible, medicinal o decorativa), se le asigna al joven la responsabilidad de regarla cuando corresponda.

Nota: es importante propiciar que el joven toque, huela, pruebe diferentes texturas y sabores, al igual cuando no pueda participar en toda la actividad ir ayudándolo a que participe en las partes donde pueda, siempre hay que hablarle y escucharle, al igual felicitarle por su participación.



Nombre de la actividad: La tienda.

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo

Destreza/habilidad: Número. Identificación del dinero, uso del dinero (Competencia básica)

Material: monedas reales, o monedas impresas, varios objetos sencillos del interés del joven.

Desarrollo de la actividad:

1. Presentarle al joven las monedas de 1, 2, 5 y 10 pesos, mencionarle el valor de cada una de ellas, esta presentación debe ser lenta; al ritmo del joven se le presenta una moneda, se deja que él lo toque, lo mire y se le dice el valor repetidas veces (nos puede llevar más de un día).

2. Se le pide al joven que clasifique o separe las monedas con su igual, en un montón colocará todas las monedas de un peso, en otro todas las de 2, en otro las de 5, y por último las de 10 pesos; si es necesario ayudarlo, si se confunde corregirlo con paciencia. (es importante que este paso se realice varias veces)

3. Se le muestra cómo se forman los valores con las monedas, ejemplo: dos monedas de un peso forman dos pesos, 5 monedas de peso forman 5 pesos, etc.; si él puede formar valores se le motiva y ayuda a que forme los valores; si no puede formarlos, se realiza la acción para que él vea.

4. Jugar a la tienda con objetos que tengan en casa, asignarle un valor monetario a cada objeto y jugar a comprar con las monedas, por ejemplo, si el vaso vale 2 pesos, un plato vale 10 pesos, un dulce 5 pesos, ¿qué moneda me darías?, y se le cuestiona ¿para qué sirven las monedas? ¿cuándo compramos qué necesitamos? ¿qué quieres comprar?

Nota: Es importante que, si el joven no puede formar los valores, identifique las monedas y el uso de ellas; es necesario que esta actividad se realice varias veces, con el fin de que el identifique la utilidad del dinero e incremente sus habilidades con respecto a este tema; puede realizarse con billetes.



Nombre de la actividad: Contemos frutos.

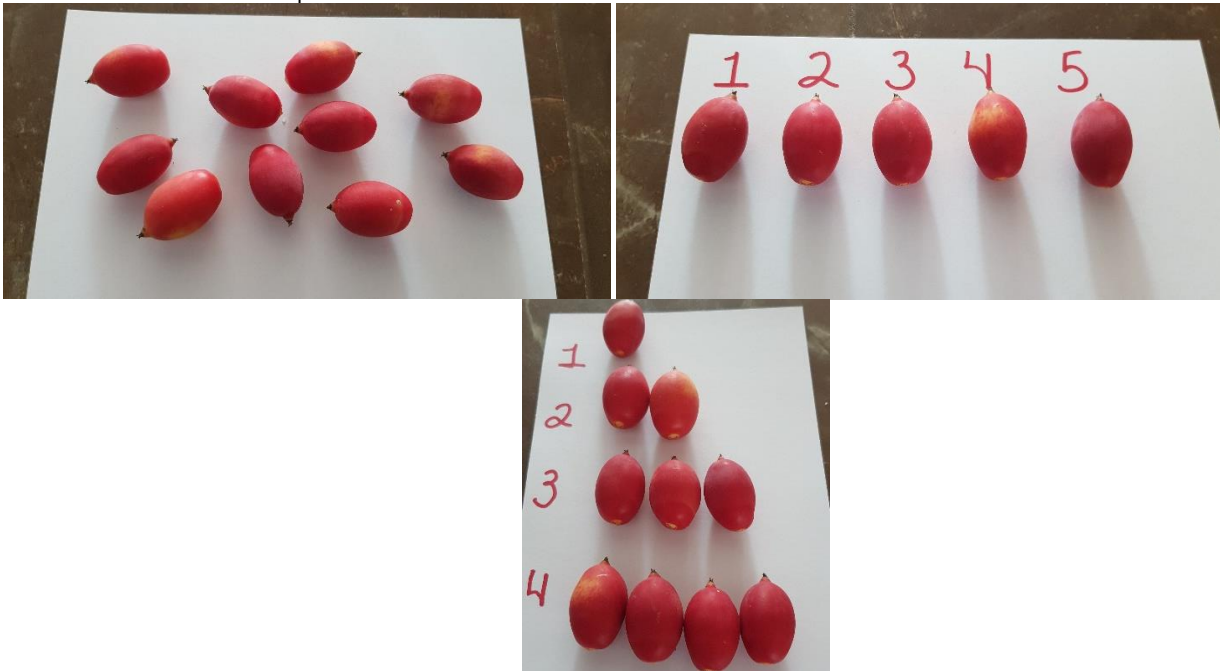
Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Conteo (Competencia básica).

Material: objetos, libreta, recortes, pegamento, lápiz.

Desarrollo de la actividad:

1. Entregar al joven 10 (puede ser más o menos dependiendo hasta la cantidad que cuente) frutos u objetos, apoyarlo a contar de uno en uno cada fruto. Al terminar de contar preguntarle ¿Cuántos frutos hay? El joven debe de responder 10 (o el número elegido), si el joven no responde o su respuesta no es la correcta, corregirlo, y contamos de nuevo junto con él; si el joven no tiene posibilidad de movimiento o un lenguaje oral podemos utilizar objetos de diferentes texturas (Objetos suaves, rugosos, planos) y el padre o tutor cuenta en voz alta, mientras hace que el joven interactúe con el objeto.
2. En su libreta el joven pegará 10 (o el número elegido) imágenes de objetos elegidos (10 frutos, 10 frijoles, 10 cereales, etc.), con apoyo escribir debajo de cada imagen el número que le corresponde. Hacer el conteo uno a uno. Seguidamente preguntarle ¿Cuántos frutos hay? El joven debe de responder 10 (o el número elegido), si el joven no responde o responde mal corregirlo, ya que queremos que sepa que hay en total 10 imágenes de frutos (o el número elegido).
3. Esta actividad se puede hacer varias veces con diferentes objetos; es importante hacerla de manera constante incrementando el conteo paulatinamente.





Nombre de la actividad: ¡Maquilando ando!

Dirigido a: Alumnos de formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Secuencia de procesos (Competencia laboral).

Material: materiales para una manualidad.

Desarrollo de la actividad:

1. Realizar junto al joven la elaboración de una manualidad (la elección de la manualidad dependerá del gusto del joven, el tutor y los materiales que haya en casa; es importante seguir los pasos que a continuación se describen:
  - Elegir la manualidad que se va a elaborar (deber algo fácil de realizar), por ejemplo, una pulsera de cuentas, un portaretrato de cartón, pintar una servilleta, una piñata, entre otros.
  - Seguidamente se le muestra en físico o en imagen como será la manualidad que se realizará.
  - De manera conjunta se buscan y seleccionan los materiales para trabajar, es importante hablar de cada material y propiciar que el joven los describa y los manipule.
  - Cuestionar al joven si sabe cómo se elabora la manualidad seleccionada, escucharlo atentamente e ir haciendo comentarios, si él dice que no sabe, animarlo para realizar los pasos conjuntamente; es muy importante que el joven no sea solo observador si no que él vaya realizando los pasos.
  - Se realizan los pasos, por ejemplo, se decidió hacer "una pulsera", se le comenta al joven que es importante no saltarse ningún paso y hacerlo en orden: 1.- seleccionamos los materiales; 2.- medimos el hilo elástico para la pulsera; 3.-lo cortamos; 4.- seleccionamos el patrón de las cuentas (dos azules, una roja, dos azules, una roja... etc.); 5.-incertamos las cuentas en el hilo.... etc. apoye en la elaboración (recuerde no todos pueden realizar todos los pasos de principio a fin, pregúntele a su hijo: ¿puedes hacerlo, necesitas que te ayude?) de esta manera el joven sentirá más confianza al saber que usted está allá para ayudarlo; corregirlo con paciencia cuando sea necesario.
2. Al terminar la manualidad lavar de manera conjunta todo lo que se ensucio y dejar limpio el lugar en el que trabajaron.

Nota: Es importante que el joven realice varias veces la misma actividad de la misma forma para que incremente sus habilidades; si el joven tiene poca posibilidad de movimiento o de comunicación, ir realizando los pasos con el brindándole todo el apoyo que requiera, hablándole de manera constante y tratando de que participe según sus posibilidades, deje que toque, huela y manipule las diferentes texturas.



Nombre de la actividad: Sembremos un huerto.

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo

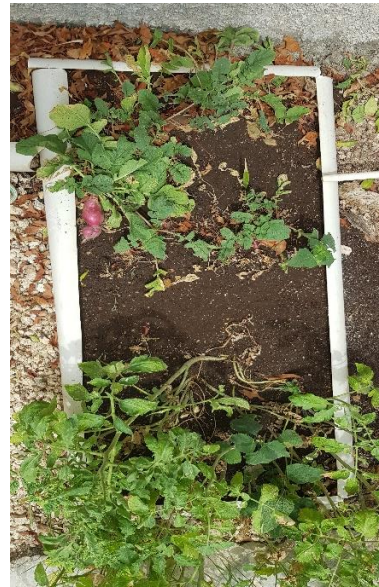
Destreza/habilidad: Secuencias de procesos (Competencia laboral).

Material: tierra, semillas, agua, madera, bloques o poliducto

Desarrollo de la actividad:

1. Se le platica al joven qué es un huerto y cómo se hace, se le anima a realizar su huerto en casa.
2. Identificar el lugar donde lo realizarán.
3. Hacer limpieza del lugar donde se realizará el huerto.
4. En caso de ser necesario realizar la división del huerto, puede ser con madera, bloques o poliducto.
5. Preparar el suelo para sembrar, si se requiere poner tierra y abono.
6. Escoger las semillas para sembrar.
7. Mojar la tierra.
8. Sembrar las semillas.
9. Señalar con carteles (dibujos o palabras) las semillas que sembró.
10. Regar el huerto.

Nota: En todos los pasos debe de participar el joven total o parcialmente dependiendo de sus habilidades, es importante, que el huerto se construya al ritmo del joven, que el tamaño sea adecuado para que él lo atienda, que la actividad del huerto se convierta en parte de su rutina diaria (regar).



Nombre de la actividad: ¡Conversemos!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo

Destreza/habilidad: Comunicación. Intención comunicativa. Incremento de vocabulario (Competencia ciudadana).

Material: noticia, cuento, canción, periódico, televisión, radio, redes sociales.

Desarrollo de la actividad:

1. Junto con el joven buscar en algún medio, alguna noticia, cuento, o canción de algún tema que le guste.
2. Escuchar, ver, o leer la noticia, cuento o canción de manera pausada, al menos por dos veces seguidas.
3. Iniciar una conversación, realizándole preguntas sencillas del cuento o suceso, como, por ejemplo: ¿qué sucedió en lo que escuchamos?, ¿Cómo eran los personajes?, ¿qué fue lo que más te gusto?, ¿cómo eran las casas? ...etc. Se hacen todas las preguntas con posibilidad de respuesta por parte del joven (cuando el joven no tenga lenguaje oral, se recomienda utilizar un cuento o noticia de su interés de forma impresa con figuras, para que él pueda ir señalando); es importante ser paciente, dar el tiempo suficiente para que el joven pueda responder, evitar señalar constantemente si sus respuestas son erróneas, lo que se quiere lograr es estimular su lenguaje y comunicación.
4. Seguidamente preguntarle si le gustaría platicar con otro miembro de la familia lo que conversaron, motivarlo a realizar la plática, si decide que no quiere, respetarle su decisión.
5. Es importante que cada vez que algo le interese al joven propiciar una conversación con preguntas sencillas (éstas pueden incrementar su dificultad, de acuerdo a las respuestas del alumno), esto le ayudara a desarrollar su comunicación y desenvolvimiento social.

Nota: Si el joven no tiene un lenguaje oral, es importante que también escuche cuentos, historias, música, noticias..etc., y de acuerdo a sus gestos o movimientos entablar una plática con él, esto se puede iniciar haciendo un movimiento de manera conjunta, como por ejemplo cuando escucha una canción el joven da palmadas, nosotros le podemos tomar las manos y dar palmadas junto con él a su ritmo, o si por ejemplo cada vez que ve la figura del lobo alza las manos, nosotros igual alzamos las manos, lo importante es que él se percate de que estamos realizando los mismos movimientos y así entablamos una conversación.



Nombre de la actividad: ¡La bolsa de los juegos!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo

Destreza/habilidad: Comunicación. Intención comunicativa. Incremento de vocabulario (Competencia ciudadana).

Material: bolsa de tela, tarjetas, plumones diversos de acuerdo a los juegos elegidos.

Desarrollo de la actividad:

1.-En familia de manera conjunta definir, pero dándole oportunidad al joven que vaya participando en las elecciones, un día cada periodo de tiempo, por ejemplo, una vez a la semana los días jueves, o una vez cada quince días...etc., para poder sentarnos a jugar "la bolsa de juegos".

2.-Seguidamente se realiza la bolsa de juegos, se puede utilizar una bolsa pequeña de tela que se tenga en casa, seguidamente podemos definir cuatro o cinco juegos donde pueda participar el joven (los juegos deben estar pensados para que ellos puedan participar de forma activa y para ayudarlo en su comunicación), algunos de ellos podrían ser, por ejemplo:

- Adivinanzas (pueden ser inventadas).
- Lotería.
- Trabalenguas (sencillos, pueden ser inventados).
- Leer cuentos, después realizar preguntas acerca del cuento.
- El juego de la botella (se sientan en círculo los integrantes de la familia y en el medio giran una botella, al que le toque la boca de la botella le hace una pregunta al que le tocó el fondo de la botella).

3.- Después de haber elegido los juegos, se escriben los nombres de éstos en tarjetas, seguidamente se meten en la bolsa y así tenemos nuestra bolsa de los juegos.

4.- De acuerdo al día que se haya escogido, se realizan las reuniones, el joven saca una tarjeta de la bolsa y de acuerdo a lo que diga la tarjeta se realiza el juego; la actividad se puede convertir en una tradición familiar.

Nota: nunca hay que olvidar que los juegos deben ser sencillos y con el objetivo de que el joven participe, es importante buscar la forma en la que él juegue con los demás miembros de la familia, y se le motive a comunicar sus sentimientos, gustos, miedos, alegrías ...etc., utilizando varias formas de comunicación como, por ejemplo, figuras, señas, tacto, audios, imágenes, objetos concretos entre otros.



Nombre de la actividad: ¡Las listas!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

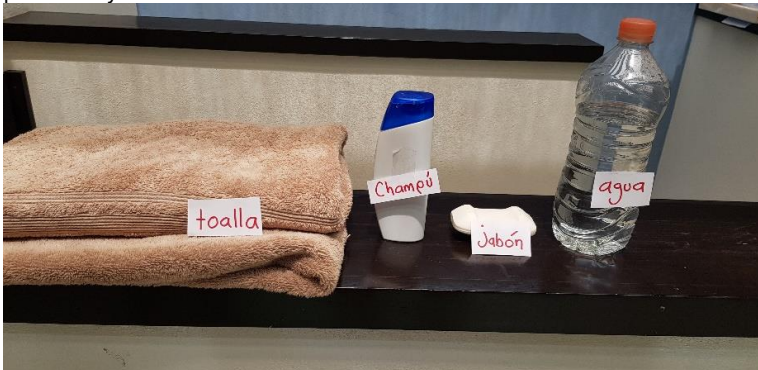
Destreza/habilidad: Lectura y escritura funcional (Competencias básicas).

Material: hojas, lápices, recortes, tijeras y resistol.

Desarrollo de la actividad:

1. Le explicamos al joven que realizaremos una lista de materiales para realizar alguna actividad (escogemos la actividad tratando de que ésta sea cotidiana para el alumno), como por ejemplo una lista para ir hacer la compra, una lista de lo que necesitamos para lavar la ropa, una lista de ingredientes para preparar un alimento, una lista de los objetos que utilizamos para bañarnos, o para vestirnos.... etc.
2. Después de elegir el tipo de lista que se realizará, sacamos todos los materiales, tratando que estos no sean muchos, pueden ser de 4 a 6, si la actividad lleva más materiales, se eligen los más importantes, como, por ejemplo: lista de cosas necesarias para bañarme, puedo elegir: agua, jabón, toalla y champú.
3. Extiendo los materiales en una superficie y les coloco una tarjeta de preferencia fondo blanco y letra roja con su nombre.
4. Le muestro al joven cada uno de los materiales y hago énfasis en el nombre escrito.
5. Le pido que saque su libreta, su lápiz, revistas, tijeras y resistol.
6. Buscamos en las revistas materiales iguales o parecidos a los que tenemos de manera concreta en este caso: agua, jabón, toalla y champú, y los recortamos.
7. Seguidamente en forma de lista, enumerando 1, 2, 3 ... de manera vertical (si él puede escribir los números le pedimos que los escriba, se los podemos puntear o ayudarlo a escribirlos).
8. Después le pedimos que en cada número pegue un recorte del material elegido y si el joven puede copiar el nombre, le pedimos que lo copie, podemos puntear o ayudarlo a escribirlo; si por alguna razón no puede copiar o escribir, le escribimos el nombre abajo del material.
9. Al terminar repasamos varias veces la lectura de los nombres de los materiales.

Nota: es importante hacer listas con materiales de uso cotidiano, cortas y repasarlas continuamente; no desesperarse si el joven no puede escribir las palabras, continuar realizando el ejercicio y así él podrá reconocer las palabras y fortalecer una lectura funcional.



Nombre de la actividad: ¡Etiqueto un espacio!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

Destreza/habilidad: Lectura y escritura funcional (Competencia básica).

Material: papel, plumón rojo (o de cualquier color) y cinta adhesiva

Desarrollo de la actividad:

1. Escogemos junto con el joven un lugar de la casa (cocina, sala, cuarto u otros espacios)
2. Platicamos sobre los objetos que hay en el espacio que escogimos, por ejemplo, la cocina, le hacemos preguntas ¿Qué hay aquí en la cocina?, de acuerdo a sus respuestas podemos ir incrementando si es necesario, y reforzando como, por ejemplo: si hay platos, vasos, refrigerador, mesa, estufa.... etc.
3. Después de platicarlo de manera general, repetimos la acción, pero más despacio, pero cuando digamos el nombre le pedimos al alumno que escriba el nombre, podemos puntear o ayudarlo a escribirlo; si por alguna razón no puede escribir, se escribe por él.
4. Le pedimos después de tener lista la tarjeta de por ejemplo vaso que la pegue con cinta adhesiva en el lugar donde están los vasos y así sucesivamente con todos los objetos que están en la cocina o el lugar donde decidieron hacer la actividad, como el refrigerador, estufa, sartenes ... etc.; si el joven está iniciando en la lectura y escritura funcional se pueden escoger los objetos más significativos para él de cada espacio elegido.
5. Al terminar repasamos varias veces la lectura de los nombres de los objetos.

Nota: es importante que las tarjetas no sean muy grandes y repasarlas continuamente; no desesperarse si el joven no puede escribir las palabras, continuar realizando el ejercicio y así él podrá reconocer las palabras y fortalecer una lectura funcional.



Nombre de la actividad: ¡Cocinando ando!

Dirigido a: Alumnos de Formación para el trabajo.

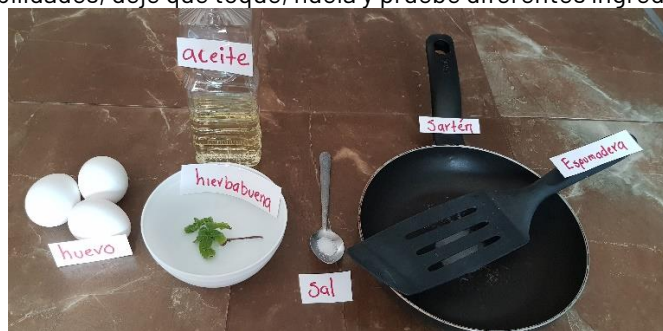
Destreza/habilidad: Secuencias de procesos ( Competencia laboral).

Material: Ingredientes para alimentos que haya en casa, utensilios de cocina.

Desarrollo de la actividad:

3. Realizar junto con el joven la elaboración de un alimento (la elección del alimento dependerá del gusto del joven, el tutor y los ingredientes que haya en casa; es importante seguir los pasos que a continuación se describen:
  - Elegir la comida que se va a preparar (debe ser algo fácil de preparar).
  - Comenzará preguntando cuáles son los ingredientes, es importante hablar de cada ingrediente y propiciar que el joven los describa, toque, huela y pruebe.
  - Cuestionar al joven si sabe cómo se prepara el alimento elegido, escucharlo atentamente e ir haciendo comentarios, si él dice que no sabe, animarlo para realizar los pasos conjuntamente; es muy importante que el joven no sea solo observador si no que él vaya realizando los pasos.
  - Se realizan los pasos, por ejemplo, se decidió hacer "torta de huevo con hierbabuena", se le comenta al joven que es importante no saltarse ningún paso y hacerlo en orden: 1.- lavamos los huevos y la hierbabuena; 2.-picamos la hierbabuena; 3.-rompemos los huevos en un tazón; 4.- a los huevos le agregamos la hierbabuena, sal y pimienta; 5.-batimos con una cuchara el huevo.... etc. apoye en la preparación (recuerde no todos pueden realizar todos los pasos de principio a fin, pregúntele a su hijo: ¿puedes hacerlo, necesitas que te ayude?) de esta manera el joven sentirá más confianza al saber que usted está allí para ayudarlo; corregirlo con paciencia cuando sea necesario.
4. Al terminar la receta lavar de manera conjunta todo lo que se ensucio y dejar limpio el lugar en el que trabajaron.

Nota: se puede iniciar con alimentos sencillos como un sándwich o una quesadilla, lo importante es que el joven realice varias veces la actividad de la misma forma; si el joven tiene poca posibilidad de movimiento o de comunicación, ir realizando los pasos con él de un alimento sencillo, hablándole de manera constante y tratando de que participe según sus posibilidades, deje que toque, huela y pruebe diferentes ingredientes.



Nombre de la actividad: ¡Ayudo en casa!

Dirigido a: alumnos de formación para el trabajo

Destreza/habilidad: Habilidades de la vida diaria (Competencia ciudadana)

Material: hojas, papel, marcadores, fotos, recortes.

Desarrollo de la actividad:

1. Le explicaremos al joven la importancia de ayudar en la limpieza de la casa y le diremos que haremos un horario para que él pueda participar en la higiene del hogar.
2. En una hoja (cartón o cualquier tipo de papel que tengamos en casa) hacemos un cuadro con los días de la semana, y seleccionamos tres o cuatro actividades que el joven pueda realizar con o sin ayuda para contribuir en la limpieza de la casa, ejemplo:

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
8 a.m. a 10 a.m.	Escora su ropa	Ayudar en el desayuno	Escorar la despensa	Escora su ropa	Ayudar en el desayuno	Escorar la despensa	Ayudar en el desayuno
12 p.m. a 1 p.m. (hora del almuerzo)	Limpia la mesa después de comer	Lava los platos después de comer	Ayuda a recoger la mesa después de comer	Limpia la mesa después de comer	Lava los platos después de comer	Ayuda a recoger la mesa después de comer	Limpia la mesa después de comer
4 p.m. a 6 p.m.	Regar las plantas	Barre la terraza	Regar las plantas	Barre la terraza	Regar las plantas	Barre la terraza	Regar las plantas

3. Es importante que si el joven no lee, el horario sea realizado con imágenes que representen la acción, por ejemplo, en limpiar la mesa se puede poner una imagen de una mesa y de un trapo, o de una persona limpiando una mesa, en regar las plantas se puede poner la imagen de una manguera o de una regadera de mano, y así sucesivamente con todas las actividades; si se tuviera la oportunidad de tomarle una foto al joven realizando la acción e imprimirla, sería una opción muy recomendada para formar el horario con fotos del joven.
4. Es importante que el horario se cumpla por eso debe ser planeado de acuerdo a la rutina familiar.

Nota: Las actividades a escoger deben tener posibilidad de éxito, si el joven no puede hacerlo solo, al menos que pueda participar en la mayor parte de la actividad, si requiere ayuda como por ejemplo sostenerle la mano cuando riegue las plantas o prepárale el detergente para lavar los platos, no dude en dárselo, es importante darle toda la ayuda que necesite, conforme vaya realizando la actividad de manera continua, sus habilidades irán mejorando.

