

Consejos y trucos para apoyar el regreso de su niño/a a la instrucción en persona

<https://health.ucdavis.edu/health-news/newsroom/helping-kids-with-autism-transition-back-to-in-person-school-10-tips/2021/03>

Las diapositivas de esta presentación son una colección de artículos, padlets, y videos diseñados para apoyar la transición de su niña/o en volver a la escuela. muchos de los recursos listados aquí se han obtenido de CAPTAIN, California Autism Professional Training and Information Network (red de entrenamiento e información profesional en autismo). Aunque la información está diseñada para alumnos con trastornos del espectro autista, aplica también a todos los alumnos en general, y toma en cuenta las dificultades que muchos alumnos y familias están teniendo.

Contenido:

- ☐ De la sala de prensa de UC Davis: “Trucos para ayudar a los niños en la transición”
- ☐ Padlet de WCCUSD CAPTAINS: “Mantenerse seguro en la escuela” – cliquee en el link y busque en cada columna el acceso a los artículos y videos
- ☐ Video: “La ansiedad de regresar a la escuela”
- ☐ Qué significa “Distancia social”
- ☐ Padlet de WCCUSD CAPTAINS: “Apoyar la salud mental durante la pandemia y después”
- ☐ Video: “Annabelle Au explica qué es la concientización”
- ☐ Padlet de SELPA: “Haciendo la transición de volver a la escuela”
- ☐ Alumnos con Trastorno del espectro de autismo (ASD): “Guía para educadores y para familias para regresar a la escuela en persona
- ☐ Artículos para familias

WCCUSD CAPTAINS Manteniéndose seguro en la escuela

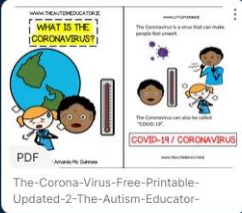
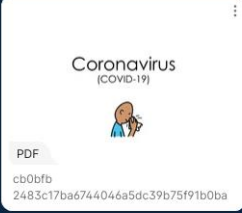
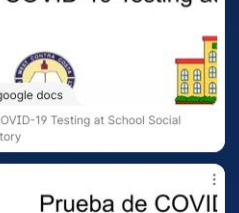
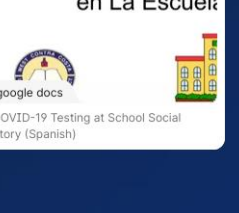
https://padlet.com/WCCUSD_Captains/1lcd770349l3x5gc

padlet

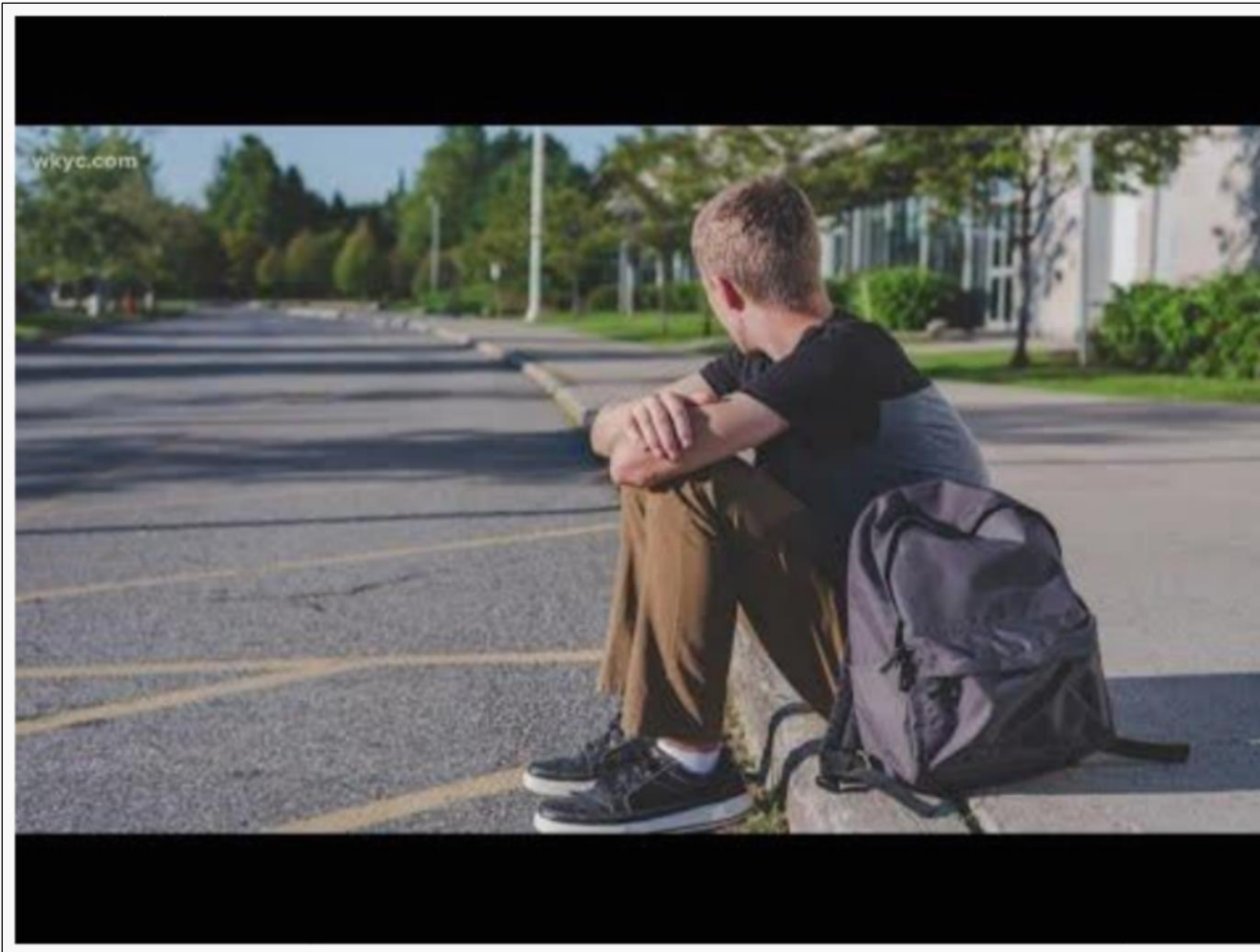
WCCUSD Captains • 16d

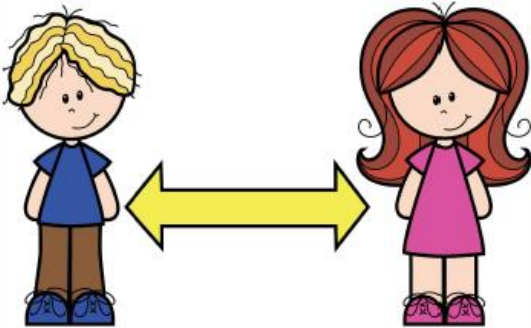
Staying Safe at School

WCCUSD Captains

COVID	Hand Washing	Mask Wearing	Social Distancing	Getting the Vaccine	Getting Tested	Other supports
 PDF The-Corona-Virus-Free-Printable-Updated-2-The-Autism-Educator-	 YouTube Hand Washing for Kids - Get Rid of Germs Learn How to Wash Your Hands	 PDF ICanStayHealthybyWearingaFaceMask-F	 YouTube Time to Come In, Bear: A Children's Story About Social Distancing	 PDF Social-Story-Getting-the-COVID19-Vaccine	 PDF COVID Test Story.pdf	 YouTube Healthy Habits while Social distancing Let's learn Healthy Habits Pinkfong Songs For Children
 PDF cb0bfb 2483c17ba6744046a5dc39b75f91b0ba	 PDF cb0bfb 786a47a821f041629b9f711d7038cb7	 PDF ParentGuide-HelpingYourChildWearaFaceMask-F	 PDF what is social distancing	 PDF CDC-RTI-Vaccine-Social-Story-508	 google docs COVID-19 Testing at School Social Story	 PDF COVID 19: I Can Help 1
 carolgraysocialstories.com	 paautism.org Hand Washing Social Story	 YouTube Fluffster Wears a Mask	 YouTube Stay safe from COVID-19: Get a COVID-19 shot	 google docs COVID-19 Testing at School Social Story (Spanish)	 YouTube SCOE Training - Helping students return to in-person Instruction	
		 PDF HelpyourChildFeelGoodaboutUsingandSeeingOthersWearingFaceMasks F				

Ayudar a los niños a poder con la ansiedad de volver a la escuela en la pandemia COVID-19. Comience inteligentemente. Manténgase inteligente.



¿Qué es el distanciamiento social?  	1  ¿Qué es el distanciamiento social? Me pregunto qué significa el distanciamiento social? ¡Lo he estado escuchando mucho! © Autism Little Learners
--	---

padlet

WCCUSD Captains 1mo

SUPPORTING MENTAL HEALTH DURING THE PANDEMIC & BEYOND

CAPTAINS OF THE EAST BAY

Visual Supports (Home)

Autism House: Visual Supports for the Home (Part 1)

Autism House: Visual Supports for the Home (Part 2)

Creating Routines

Why Create a Routine?

Routines Intro

Our Home School Schedule

cb0bfb394c479dec70429bba0725e53224a3ea

Visual Schedule for Children with Autism Spectrum Disorder

homeroutine 1

Supporting Transitions

First-Then Boards for Children with Autism Spectrum Disorder

friendshipcircle.org

20 Visual Timers For Children With Special Needs - Friendship Circle - Special Needs Blog

teacch.com

TEACCH Tip#4 visual countdowns and time limits | TEACCH® Autism Program

Transitioning Off Screens

How to Transition Off Screens

1. As much as possible, try to plan for screen time in the daily schedule. Make the times reasonable for your child's age.

2. Use a timer or clock to let your child know how much screen time they have so that they know what to expect.

3. Try to avoid planning screen time before non-preferred activities. For example, it might be easier to sign your child from screen time to snack than it is to sign your child from screen time to bedtime.

Build%20New%20Routines-How%20to%20Transition%20Off%20Screens

Exercise

Identify potential exercise activities

Conduct individualized exercise assessment (can the child do the exercise?)

Develop the exercise plan

Plan for any needed supports (i.e. visual cues, physical assistance, modeling, reinforcers)

Obtain & organize all needed materials & equipment

Obstacle Course Supplies:

- Things to make a boundary: Tape / Rope / Chalk
- Things to jump over: Pool Noodles / Stuffed Animals
- Things to balance on: Pillows / Turned over Bowls or Buckets

Obstacle_Course__8_

"Balance Bubble" Games

Balance Bubble Games

PDF

_Balance_Bubble_Games

Diet

Include a variety of preferred and less-preferred foods, including healthy and less healthy

Have those foods accessible in appropriate serving size.

Start with all of the available foods at the top.

Once they eat one of those foods, it moves to the not available category.

This allows choice and independence, increases understanding of what is available for the day to snack on, and sets a limits how often or how much of something a person can have.

Diet Visual

Sleep

Sleep Toolkit Video: Daytime Habits

Strategies to Improve Sleep in Children with Autism Spectrum Disorders

sleepasid

BEDTIME SCHEDULE

PDF

Bedtime Schedule 1

Sleep Hygiene

Consistent Wake and Bed times to allow body to develop and follow a rhythm.

- Allow for 7-10 hours of sleep depending on age

Turn off all screens a minimum of 1 hour before bedtime

Create and follow a bedtime routine that allows time to wind

Emotional Regulation

Breath Regulation Activities

DOCX

Breath Regulation Activities

Guided Meditation for Children

Guided Meditation for Children | You Secret Treehouse | Relaxation for Kids

Tucker Turtle Takes Time | Tucker and Thir at Home

PDF

TuckerTurtle Story Home

Calming Yoga Poses

PDF

Calming_Yoga_Poses

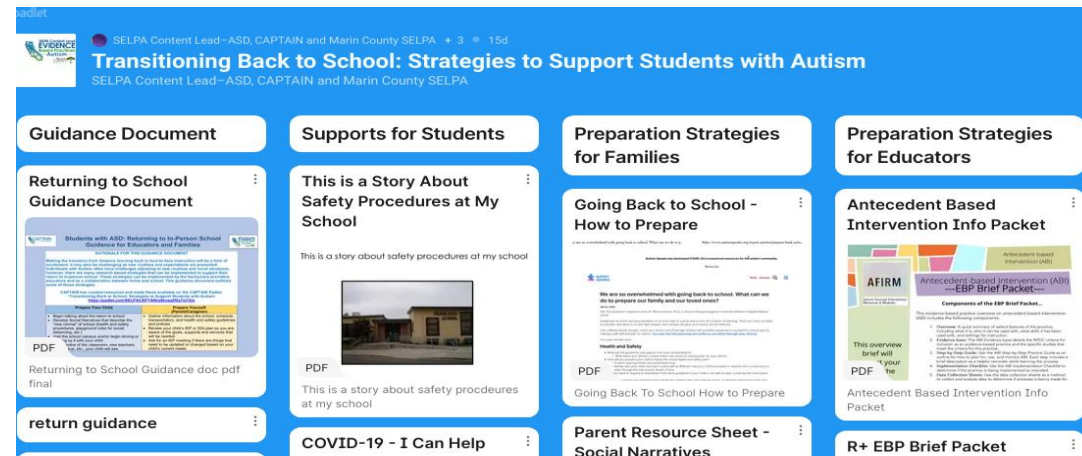
Annabelle Au, presidente y fundadora de Rainbow Loop explica qué es la Concientización, como parte de su serie acerca de la inclusión y de la diversidad neuronal.

► <https://youtu.be/ahMTIOAelm8>



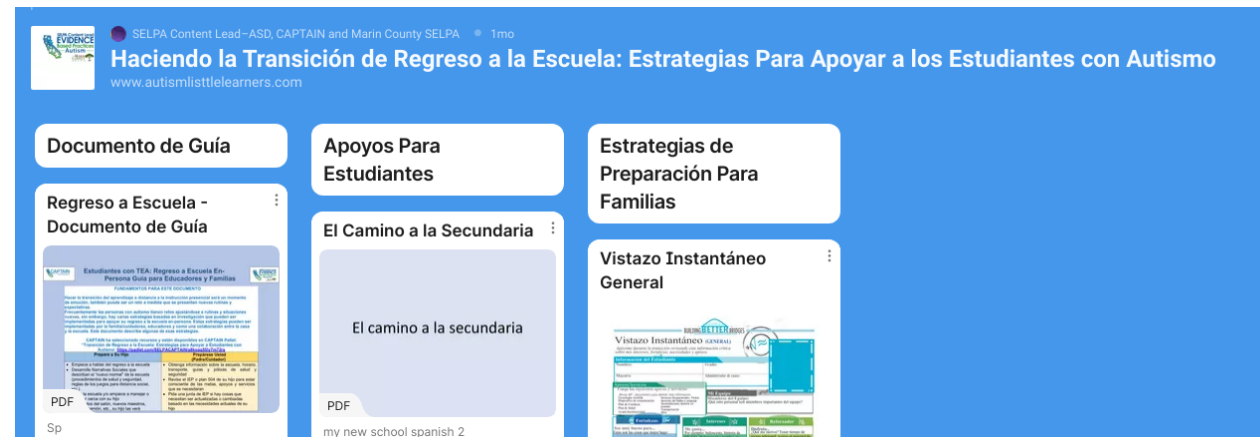
Haciendo la transición de vuelta a la escuela: Estrategias para apoyar a los estudiantes con autismo

<https://padlet.com/SELPACAPTAIN/a8koag55ly7m72rs>



Haciendo la transición de vuelta a la escuela: Estrategias para apoyar a los estudiantes con autismo

<https://padlet.com/SELPACAPTAIN/fi0rpf81ldrdhxiv>





Estudiantes con TEA: Regreso a Escuela En-Persona Guía para Educadores y Familias



FUNDAMENTOS PARA ESTE DOCUMENTO

Hacer la transición del aprendizaje a distancia a la instrucción presencial será un momento de emoción, también puede ser un reto a medida que se presenten nuevas rutinas y expectativas.

Frecuentemente las personas con autismo tienen retos ajustándose a rutinas y situaciones nuevas, sin embargo, hay varias estrategias basadas en investigación que pueden ser implementadas para apoyar su regreso a la escuela en-persona. Estas estrategias pueden ser implementadas por la familia/cuidadores, educadores y como una colaboración entre la casa y la escuela. Este documento describe algunas de esas estrategias.

CAPTAIN ha seleccionado recursos y están disponibles en CAPTAIN Pallet:
"Transición de Regreso a la Escuela: Estrategias para Apoyar a Estudiantes con
Autismo: <https://pallet.com/SEL/PACAPTAIN/a8koag55ly7m72rs>

Prepare a Su Hijo	Prepárese Usted (Padre/Cuidador)
• Empiece a hablar del regreso a la escuela • Desarrolle Narrativas Sociales que describan el "nuevo normal" de la escuela (procedimientos de salud y seguridad, reglas de los juegos para distancia social, etc.) • Visite la escuela y/o empiece a manejar o caminar cerca con su hijo • Tome fotos del salón, nuevos maestros, amigos, camión, etc., su hijo las verá	• Obtenga información sobre la escuela, horario, transporte, guías y pólizas de salud y seguridad • Revise el IEP o plan 504 de su hijo para estar consciente de las metas, apoyos y servicios que se necesitaran • Pida una junta de IEP si hay cosas que necesitan ser actualizadas o cambiadas basado en las necesidades actuales de su hijo

• Haga un video de la escuela o salón incluyendo cualquier nueva guía visual que explique los procedimientos de salud y seguridad. • Practique las pautas de salud tales como usar cubrebocas, distancia social, seguir la dirección de las flechas, lavar las manos/desinfectar, etc. • Desarrolle las nuevas rutinas para la hora de ir a la cama y la mañana esto permanecerá cuando empiece la escuela en-persona. Un horario visual puede ser conveniente. • Hable y practique todas estrategias para calmarse que han funcionado tales como respirar profundo, escuchar música, pedir un descanso/caminar, etc. • Hable y practique diálogos para pedir ayuda o el uso de iconos/apoyos visuales para comunicar la necesidad de apoyo.	• Desarrolle un "Snapshot del Estudiante" que describa las fortalezas, preferencias y apoyos que su hijo necesita. • Recuerde priorizar la salud y seguridad y el bienestar socioemocional especialmente durante este periodo de transición. Es posible que sea necesario abordar pérdida de aprendizaje académico (si corresponde) después de que su hijo se haya adaptado al regreso a la escuela.
--	---

Colaboración (Colaboración Padre-Educador)	Prepare el Salon (Maestro)
• Programe una conferencia padre/maestro para hablar de la nueva rutina en la escuela, las necesidades del niño y los apoyos que serán necesarios. Comparta el "Snapshot del Estudiante" • Desarrolle cualquier apoyo visual necesario tales como tableros de opciones, horarios visuales, tableros de tokens, narrativas sociales (Historias sociales o tarjetas de YO puedo), o guías visuales que recuerden al	• Programe una conferencia padre/maestro para hablar la rutina nueva en la escuela, necesidades del niño y apoyos que serán necesarios. • Reúnase con cada equipo de IEP de los estudiantes para colaborar en como apoyar el regreso del estudiante. Esto incluye asegurar que un Plan de Intervención de Conducta es revisado, las necesidades de AAC, etc., están disponibles el primer día.

estudiante las expectativas de salud y seguridad y rutinas nuevas.

- Use una foto de su cara sin cubrebocas.

- Desarrolle narrativas sociales (Cuentos Sociales o tarjetas de YO puedo) que puedan ser leídas en la escuela para apoyar el afrontamiento y la regulación emocional.

- Implemente el primer día esta 3 practicas basadas en la evidencia de acuerdo con los AFIRM Modules:
 - 1. Intervenciones Basadas en el Antecedente**
Como modificar el ambiente para disminuir conductas que interfieren y aumentar la participación al modificar el ambiente:
 - Desarrolle rutinas diarias estructuradas y predecibles
 - Crear espacios físicos definidos para actividades
 - Incorporar la toma de decisiones
 - Incorporar intereses especiales
 - Incorporar actividades para asegurar el bienestar socioemocional
 - 2. Apoyos Visuales**
Horarios Visuales:
 - Crear un horario cada día para aumentar la estructura, disminuir la ansiedad, apoyar la independencia, etc.
 - Incorpore un icono de "cambio"
 - Use un medidor de tiempo (ej. TimeTimer) para proporcionar representación visual del tiempo
 - Horarios para Tareas-Pequeñas:**
 - Por ejemplo: terminar un trabajo en la escuela; prepararse para ir a casa, tomar un descanso, calmarse, etc.

Tableros de Opciones:

- Por ejemplo: opciones de comidas/bebidas, etc.; terminar trabajo en la escuela: actividades disponibles durante descansos del trabajo en la escuela; actividades de ocio/recreación; estrategias de autorregulación, etc.

3. Refuerzo

- Si el estudiante previamente tenía un **Plan de Intervención de la Conducta** o el padre reporta conductas que pudieran afectar una transición tranquila, comuníquese con su Especialista de Conducta para asegurar que los apoyos y estrategias están disponibles en el primer día,
- Desarrolle e implemente un sistema de refuerzo positivo
- Desarrolle e implemente tarjetas de refuerzo; tarjetas de Si/Entonces o Primero/Después; tarjetas de reglas de conducta, etc.

Más artículos para las familias

Cómo preparar a su niño/a para regresar a la escuela en persona

<https://childmind.org/article/preparing-your-child-to-go-back-to-school-in-person/>

Los adolescentes y el estrés de regresar a la escuela

<https://childmind.org/article/teenagers-and-back-to-school-stress>

Prepare mentalmente a sus niños para la transición de regresar a la escuela

<https://www.cnn.com/2021/03/24/health/returning-to-school-after-covid-wellness/index.html>

El trauma psicológico, cómo sobrellevarlo y tener resiliencia

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/psychological-trauma-coping-and-resilience/202106/the-return-school-tips-parents-anxious>

Las transiciones pueden ser estresantes

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/autism-and-anxiety/201912/smooth-transitions-children-the-autism-spectrum>

Estamos tan agobiados por el regreso a la escuela

<https://www.autismspeaks.org/expert-opinion/prepare-back-school>