

# Consejos para maestras para habilidades de la vida en educación especial

Escrito por: Sharon Dominica • editado por: Elizabeth Wistrom • actualizado:

1/5/2012 Educación Bright Hub

file:///D:/Transition%20Toolkit/Section%204\_%20Life%20Skills/Special%20Education%20Life%20Skills%20Curriculum%20%20What%20Does%20It%20Include.htm

Entrenamiento para habilidades de la vida es una parte importante del aula de educación especial. Nosotras como maestra necesitamos hacer el esfuerzo para incorporar este entrenamiento en nuestro horario. Este artículo describe algunos de los elementos de un plan de estudios de educación especial para la vida.

- Habilidades de la vida se refiere a las habilidades que son requeridas para la vida diaria. Incluye habilidades de autocuidado al igual que otras habilidades relacionadas con la comunidad como habilidades sociales, manipulación del entorno e ir de compras. A continuación, hay un resumen para un [currículo](#) de habilidades vitales de educación especial que puedes integrar a sus planes de estudio y IEP's.

## Habilidades de auto cuidado:

Estas habilidades del cuidado personal pueden ser calificadas ampliamente en la habilidad de poder alimentarse, vestirse, bañarse, ir al baño, y el aseo.

Al **comer** necesitamos considerar la posición de alimentación, modificar el uso de cucharas y otras formas de ayuda para la alimentación. Nosotros debemos entrenarnos a traer comida a nuestra boca, masticar y tragar. Hay ejercicios y técnicas para ayudarnos a masticar y tragar. También debemos considerar cualquier problema de comportamiento asociados con el tiempo de alimentación. El currículo también puede incluir los nombres de diferentes comidas y los nombres de alimentos de uso común. También podemos [enseñar](#) habilidades sociales relacionados con alimentarse como modales en la mesa. Para un hijo mayor podemos enseñarle como preparar alimentos simples, servirse ellos mismos y limpiar.

Para la **vestimenta** debemos considerar enseñar al niño el simple acto de doblar y guardar la ropa. El currículo debe incluir el uso de sujetadores y como subir la cremallera y abotonar. Vestirse también incluye ponerse y quitarse los zapatos y los calcetines. Nosotros necesitamos enseñar al niño a quitarse y ponerse diferentes artículos de vestir. También enseñamos o que es enfrente/atrás/derecha/izquierda/adentro/por fuera. [Dividir las habilidades en pequeños componentes](#) será más fácil para que el niño aprenda.

Al **bañarse**, el currículo debe cubrir la necesidad de bañarse y estar limpio también, el concepto de limpio y sucio. Podemos enseñar las partes del cuerpo y los nombres de los objetos

que se encuentran en el baño. El niño puede requerir adaptaciones para bañarse independientemente. Bañándose es clasificado ampliamente en tres pasos—enjabonar, enjuague, y secándose.

En el **baño**, nosotros necesitamos considerar primero si el niño es independiente en ir al baño. Este niño debe aprender como indicar inicialmente. Debemos considerar si se puede transferirse el mismo al inodoro o si necesita apoyo con eso. Necesitamos asegurarnos de que el inodoro este modificado para que sea accesible y segura para un niño con necesidades especiales. Debemos enseñarle al niño que la orina debe pasarse solo a la taza del inodoro y no afuera de ella. En una situación en el aula, necesitamos programar los descansos para ir al baño para prevenir accidentes.

**El aseo** incluye lavarse la cara, lavarse las manos, cuidado de las unas, afeitarse, cepillarse, lavarse los dientes y maquillaje. Inicialmente nos enfocamos en el aseo básico como peinarse, lavarse la cara y lavarse las manos. El niño necesita aprender los pasos de cada tarea. El niño también necesita aprender la importancia de hacer estas tareas.

- **Ir de compras**

Ir de compras es otra habilidad para la vida importante que necesita ser parte del currículo. Esto puede ser enseñado usando historias, juego de roles, juego de simulación y excursiones. Con ir de compras el niño debe entender el uso y [el valor del dinero](#).

- **Comunicación**

Comunicación es una habilidad importante de la vida. Necesitamos ayudar al que el niño aprenda a comunicarse a través de tecnología moderna para la comunicación por teléfonos, correos electrónicos, el internet y cartas. El currículo debe incluir diferentes métodos de comunicación y practicando su uso.

- **Manipulación del entorno**

Se refiere al uso de manipular varios objetos para el uso diario como candados, manija de la puerta, cerraduras, ascensores, grifos, microondas, controles remotos, interruptores, etc. Use objetos reales para practicar y aprender estas habilidades para que el niño pueda usarlos en la vida real.

- **La limpieza**

Esto se refiere al entorno inmediato del niño e incluye tareas domésticas básicas como lavar la ropa, los trastes, lavar automóviles, mantener el piso, la alfombra limpios, organizar los estantes, desempolvar, etc. El niño debe entender la importancia de saber estas habilidades de la vida y necesita que le enseñen a hacerlo. Niños también se les debe de dar las oportunidades de

practicar estas habilidades como tareas en sus hogares o en el aula. Esto los preparara para que puedan vivir independientemente.

- **Cocinar/Preparación de alimentos**

Esto es otra habilidad que será una parte importante del currículo de habilidades de la vida para la educación especial. Empiece con platillos simples como sándwiches y jugo y formara la base para preparar al niño a ser independiente en una etapa mayor de la vida.

- La meta principal de entrenamiento de habilidades necesarias para la vida es que cada niño sea independiente. Sin embargo, el entrenamiento de habilidades de la vida será única para cada niño. Cada niño tiene habilidades diferentes, diferentes dificultades y diferentes maneras de aprendizaje. Además, los niños necesitaran diferentes adaptaciones. Sea sensible a estas diferencias mientras entrene a los niños en estas habilidades.
- Otro factor importante es que el entrenamiento de habilidades de vida nunca puede lograrse sin la involucración y participación de los padres. Asegúrese que los involucre desde la etapa de la planificación. Cuando su programa de entrenamiento se personaliza de acuerdo a la situación en casa, será más eficaz a largo plazo.