Vision Australia

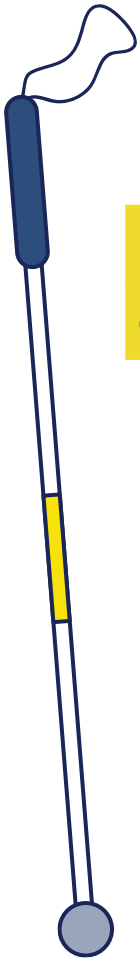
Cómo saber siempre dónde están tus cosas en la escuela

La escuela es un lugar con mucho movimiento y todos tenemos cosas que necesitamos encontrar. ¿El objetivo? Que te resulte más fácil saber dónde están tus cosas para que tengas tranquilidad y confianza durante el día.

Formas sencillas de tener tus cosas organizadas



- Guarda tus cosas siempre en el mismo lugar.
- Vuelve a guardar cada cosa en cuanto termines de usarla.
- Usa siempre la misma mochila o el mismo estuche para los útiles escolares.
- Comprueba que llevas todo antes de cambiar de aula.



Haz que las cosas te resulten más fáciles y se ajusten a tu visión

- Usa etiquetas, texturas o colores diferentes para distinguir tus cosas.
- Guarda los objetos importantes, como el bastón o la tecnología de apoyo, siempre en el mismo lugar y en un sitio seguro, como tu mochila o la oficina de la escuela
- Sigue una rutina para que siempre sepas dónde buscar primero.
- Pide ayuda para encontrar una forma de organizarte que te resulte útil.



Durante la jornada escolar

- Haz una revisión rápida de tus cosas durante el día (después del almuerzo, después de clase y justo antes de ir a casa).
- Tómate tu tiempo para recoger y guardar tus cosas.
- Pide ayuda a un profesor o a un amigo si no encuentras algo.
- Recuerda que puedes parar, respirar hondo y volver a empezar si las cosas se complican.

Una cosa que puedes hacer

Elige una cosa importante y asígnale un lugar especial.

Tú puedes

Es normal que al principio algunas cosas te resulten difíciles. Pide ayuda cuando la necesites, tómate tu tiempo y recuerda que aprender cosas nuevas requiere práctica. A todos se nos pierde alguna vez algo, así que no te preocupes si a ti también te pasa.

