**¡La lista!**

**Anote todo lo que hizo por su hijo hoy o lo instó a hacerlo.**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

# ¿Cuáles son algunas de las habilidades críticas para la independencia?

**Vendaje**

1. Pantalones arriba y abajo

2. Calzado encendido y apagado.

3. Camisas de jersey poner y quitar

4. Camisas abotonadas poner y quitar

5. Pantalones poner y quitar

6. Calcetines poner y quitar

7. Abrigo poner y quitar

8. Atar / sujetar los zapatos.

9. Descomprima la cremallera / Sujete la cremallera / Use la cremallera en la ropa

10. Abrochar los botones

11. Use hebillas

12. Escoge ropa / usa ropa diferente diariamente

13. Aprende a resolver las diferencias sensoriales con los códigos de vestimenta en la escuela / trabajo

14. Observe lo que están usando los otros estudiantes y decida si quieren usar ropa similar o no / entender las consecuencias de esta elección

# Comer

1. Comer bocadillos

2. Beber con un popote / Beber de una taza sippy cup / Beber de una taza regular

3. Aliméntarse con una cuchara o tenedor.

4. Untar con un cuchillo.

5. Vierte líquido con una taza

6. Cortar la comida con un cuchillo.

7. Sentarse en un restaurante.

8. Elegir comida en un restaurante.

9. Pida comida en un restaurante (reconozca al servidor, hable en voz alta, diga por favor y gracias)

10. Pagar por la comida / dejar propina.

11. Llevar los alimentos preparados a la mesa.

12. Limpiar la mesa después de comir.

13. Mantener las áreas de comer limpias

14. Coloque los platos en el lavaplatos / lave los platos a mano, seque y coloque.

**Lavándose las manos**

1. Abrir el agua

2. Usar jabón

3. Frotar las manos juntas

4. Apague el agua

5. Secar las manos

6. Ser capaz de tolerar jabón / agua / lavado / secado automático o tener una estrategia de reemplazo

# Cepillando los dientes

# 1. Tolerar a un adulto cepillándose los dientes / cepillarse los dientes al azar

# 2. Poner pasta de dientes en el cepillo.

# 3. Poner la tapa y quitarla.

# 4. Encienda el agua

# 5. Enjuague la boca

# 6. Poner el cepillo y la pasta de dientes.

# 7. Secar las manos y la boca.

# 8. Cepille los dientes independientemente

# 9. Cepille los dientes como parte de la rutina sin recordatorios de adultos.

# 10. Reconocer otras veces que los dientes necesitan ser cepillados

# 11. Llamar al dentista / limpiezas regulares y chequeos

**Lavar y secar la cara**

1. abrir el agua

2. Poner agua en la cara con las manos o toallas.

3. Recuperar la toalla

4. Secar la cara

**Cuidado del cabello**

1. Tolerar el peine / cepillo

2. Use un peine / cepillo

3. Permitir el lavado con champú / ayudar con el champú / lavar el cabello con champú de forma independiente

4. Tolerar el secador de cabello / Ayudar con el secador de cabello / Secar el cabello de forma independiente

5. Tolerar el corte de cabello / Reconocer la necesidad de corte de cabello / Programar corte de cabello

# Usando el baño

1. Sentarse en el inodoro

2. Orinar en el baño.

3. Orinar en un horario

4. Permanecer seco en un horario.

5. Utilizar independientemente el baño familiar para la micción.

6. Solicitud para usar el inodoro cuando sea necesario.

7. limpiarse a sí mismo después de orinar (niñas.)

8. Los movimientos intestinales en el baño.

9. Mantenga la ropa interior limpia de BM en un horario.

10. Limpiarse después de evacuaciones.

11. Uso independiente de baños familiares para evacuaciones.

12. Usar el baño sin ayuda.

# Bañarse

1. Tolerar el agua de la bañera o ducha.

2. Tolerar el baño / Asistir con el baño.

3. Enjuague el jabón

4. Secarse con una toalla.

5. Bañarse / ducharse independientemente.

6. Encender / controlar la temperatura del agua.

# Arreglando el desayuno

1. Consigue los artículos necesarios

2. Vierta la bebida en una taza o tazón

3. Verter el cereal en un bol.

4. Abrir paquetes

5. Utilizar tostadora

6. Usar microondas

7. Limpiar el desorden

**Quehaceres**

1. Sacar la basura.

2. Recolectando basura

3. Haciendo la cama.

4. Clasificar/lavar/doblar/colgar ropa

5. Pasar la aspiradora.

6. Mesa de ajuste.

7. Limpiar la mesa.

8. Limpiar el cuarto.

9. Hacer el almuerzo para el día siguiente.

**Comunicacción**

1. Etiquetado de artículos

2. Solicitando artículos

3. Aceptando no

4. Comunicarse para compartir una experiencia.

5. Tomando turnos en conversaciones / alargando conversaciones

6. Hablando con diferentes compañeros de comunicación.

7. Pedirle a un amigo que juegue / hablar durante el juego

8. Mantenerse en el tema / reconocer cuando otra persona está aburrida / cambiar los temas según las preferencias de un amigo

9. Pedir ayuda en casa / escuela / comunidad

10. Dar cumplidos

11. Aceptar las críticas.

12. Reconocer el acoso escolar / responder / informar

13. Presentándose a un nuevo niño en el parque.

**Socialización**

1. Aprender a ser flexibles en sus pensamientos cuando las cosas no salen como esperaban.

2. Aprender a usar estrategias de afrontamiento cuando están molestos, en lugar de que usted intente que todos los entornos se activen de forma gratuita.

3. Aprender a jugar en paralelo / Compartir en juego / Jugar cooperativamente

4. Tolerar los errores de otros / Trabajar en grupos en la escuela.

5. Resolver conflictos / Aceptar las opiniones de otros.

6. Trabaja en una tarea con redirección / Trabaja en una tarea independientemente