

FACILITAR LA AUTONOMÍA DIARIA DE LOS NIÑOS CON SÍNDROME DE DOWN:

ORGANIZACIÓN, RUTINAS, HERRAMIENTAS VISUALES

Formación para padres, familias y cuidadores de niños con síndrome de Down

Acompañar al niño hacia la autonomía sin tensiones ni agotamiento familiar

Duración : 4 horas	Módulos : 6 módulos
Lecciones : 13 lecciones	Público : Padres, familias, cuidadores de niños con síndrome de Down
Formato : 100 % en línea, asincrónico	Organismo : N° 11757351875
Certificación : Qualiopi	Tarifa : Bajo presupuesto

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descripción de la formación

Acompañar a un niño con síndrome de Down hacia la autonomía requiere paciencia, organización y adaptación. Los gestos del día a día representan oportunidades de aprendizaje, pero pueden convertirse en fuente de tensiones si el marco no está adaptado. Esta formación proporciona claves concretas para estructurar la rutina diaria, reducir los conflictos y permitir que el niño progrese a su ritmo. Aprenderás a utilizar herramientas visuales efectivas, adaptar el entorno y mantener la motivación sin agotar a la familia. Enfoque amable, progresivo y centrado en las pequeñas victorias del día a día.

Resumen de módulos

MODULE 1	Comprender cómo el niño aprende a volverse autónomo	3 lecciones
MODULE 2	Establecer las Rutinas Esenciales	3 lecciones
MODULE 3	Utilizar Herramientas Visuales y Materiales Adaptados	3 lecciones
MODULE 4	Fomentar, Apoyar y Mantener la Motivación	3 lecciones
MODULE 5	Las Aplicaciones DYNSEO para Estimular la Comunicación	1 lección
MODULE 6	Cuestionario final	Evaluación

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Comprender cómo el niño con síndrome de Down aprende la autonomía: motivación, progresión por pasos, errores como palancas
- Establecer rutinas esenciales para la mañana, transiciones y noche con herramientas visuales
- Adaptar el material cotidiano: ropa, baño, cocina, espacios de almacenamiento y estaciones de autonomía
- Fomentar y mantener la motivación con refuerzo positivo, valorización del esfuerzo y sistemas visuales
- Adaptar expectativas según fatiga y días difíciles sin culpa ni presión excesiva
- Crear un entorno tranquilizador que respete el ritmo del niño y celebre cada logro

Información general

Duración	4 horas
Público objetivo	Padres, familias, cuidadores cercanos de un niño con síndrome de Down
Requisitos previos	Ninguno

Tarifa	Bajo presupuesto – IVA no aplicable (artículo 261-4-4º del CGI)
Certificación	Qualiopi – Certificado de finalización de formación
Organismo	DYNSEO – N° de declaración de actividad: 11757351875

Lección 1 - El papel de la motivación y los intereses

- Observar al niño en momentos de juego libre para identificar sus pasiones
- Utilizar intereses del niño como puertas de entrada para el aprendizaje
- Transformar tareas necesarias en actividades significativas según sus gustos
- Crear herramientas motivadoras: tablas de pegatinas, historias personalizadas

Lección 2 - La Progresión en Pequeños Pasos

- Descomponer cada actividad en pasos simples y accesibles
- Técnica de ayuda progresiva: comenzar por el último paso, retroceder gradualmente
- Establecer objetivos limitados y valorar cada pequeño logro
- Evitar buscar la perfección inmediata, aceptar el ritmo del niño

Lección 3 - Los Errores Como Motor de Aprendizaje

- El error es un paso normal y necesario en el aprendizaje
- Método en tres pasos: reconocer esfuerzo, identificar error sin juicio, guiar hacia solución
- Evitar frases desalentadoras y desdramatizar el error de manera divertida
- Crear un ambiente donde el niño se sienta seguro para intentar y equivocarse

Lección 1 - La Mañana (Vestirse, Aseo, Preparación)

- Anticipar la noche anterior: preparar ropa, mochila y objetos necesarios
- Crear una secuencia visual de la mañana con fotos o pictogramas
- Utilizar herramientas concretas: temporizador visual, música, alarma suave
- Calcular tiempo necesario con holgura y aceptar días difíciles

Lección 2 - Las Transiciones (Salidas, Deberes, Actividades)

- Anunciar transiciones con anticipación: 10, 5, 2 minutos antes
- Crear rituales que señalen el paso: canción, frase ritual, objeto de transición
- Para salidas: avisar con anticipación, describir programa, crear lista visual
- Mantener calma y firmeza ante rechazo, proponer alternativa aceptable

Lección 3 - La Noche (Ducha, Ordenar, Acostarse)

- Regularidad esencial: acostarse a la misma hora cada noche
- Estructura tipo: orden, ducha, pijama, cepillado, ritual de acostarse
- Simplificar el orden con rotación de juguetes y cajas con pictogramas
- Últimos 10-15 minutos: cuento, palabras, abrazo y frase ritual

Lección 1 - Los Secuenciales Visuales (Paso a Paso)

- Secuencial visual = serie de imágenes que muestran cada paso
- Pasos para creación: identificar actividad, descomponer, elegir imágenes adecuadas
- Imprimir formato 10x10, numerar y fijar en lugar de la actividad
- Adaptar complejidad según edad: 3-4 pasos para principiantes, más para avanzados

Lección 2 - La Elección Entre 2 Opciones (Para Evitar la Sobrecarga)

- Método de elección binaria facilita decisión y reduce ansiedad
- Dar sensación de control sin abrumar con demasiadas opciones
- Usar soporte visual, presentar con entonación idéntica, respetar decisión
- Nunca proponer elección si no se está dispuesto a aceptar ambas opciones

Lección 3 - El Material que Facilita la Autonomía (Enchufes, Ropa, Almacenamiento)

- Vestimenta: ropa con elástico, zapatos con velcro, marcas visuales, armario accesible
- Higiene: escalón, cepillo con mango grueso, grifos de palanca, referencias visuales
- Comidas: platos con bordes, vasos con asas, cubiertos ergonómicos, armarios accesibles

- Crear estaciones de autonomía: vestimenta, higiene, deberes con material organizado

MODULE 4	Fomentar, Apoyar y Mantener la Motivación	3 lecciones
-----------------	--	-------------

Lección 1 - Refuerzo Positivo Simple (Sin Regalos)

- Forma más efectiva: atención positiva inmediata (mirada, sonrisa, presencia)
- Tiempo de calidad compartido como mejor recompensa
- Reforzar el esfuerzo, no solo el resultado perfecto
- Sistemas visuales opcionales: tabla de progreso con estrellas, frasco de logros

Lección 2 - Valorar el Esfuerzo, No la Perfección

- Mentalidad de crecimiento: valorar perseverancia y trabajo, no solo resultado
- Evitar: 'Eres inteligente', 'Fue fácil' - Priorizar: 'Has trabajado mucho', 'Te has mejorado'
- Transformar fracasos en aprendizajes: qué pasó, por qué, qué intentar diferente
- Establecer momento regular para revisar progreso semanal juntos

Lección 3 - Adaptar las Expectativas Según la Fatiga y los Días

- Reconocer que autonomía no es lineal: varía según fatiga, salud y estado emocional
- Identificar señales de límite: inquietud, rechazo tareas habituales, errores inusuales, llanto
- En días difíciles: reducir exigencias, simplificar rutinas, ofrecer más apoyo
- Animar al niño a expresar estado de fatiga con código de colores o escala visual

MODULE 5	Las Aplicaciones DYNSEO para Estimular la Comunicación	1 lección
-----------------	---	-----------

Lección 1 - COCO PIENSA y COCO SE MUEVE

- Aplicación para niños 5-10 años: más de 30 juegos educativos cognitivos adaptados
- Áreas trabajadas: memoria, lógica, lenguaje, matemáticas, atención
- Pausas deportivas cada 15 minutos: saltar, bailar, estirarse para canalizar energía
- Diseñada con profesionales de salud, adecuada para necesidades especiales incluyendo síndrome de Down
- Niveles de dificultad ajustables al ritmo de cada niño, se puede jugar en familia

MODULE 6	Cuestionario final	Evaluación
-----------------	---------------------------	------------

Modalidades pedagógicas

- Formación en línea 100% flexible: acceso ilimitado a los contenidos durante 1 año
- Vídeos, ejemplos concretos, modelos de secuenciales visuales para imprimir
- Kit de rutinas visuales y herramientas prácticas listas para usar
- Seguimiento pedagógico disponible por correo electrónico
- Certificado de finalización DYNSEO Qualiopi al finalizar la formación