

HORA DE COMER

APOYANDO LA EXPLORACIÓN Y EL DESARROLLO SENSORIAL

Los niños con discapacidades visuales aprenden mejor a través de experiencias prácticas. Tocar, moverse, escuchar e interactuar con objetos y personas les ayuda a comprender cómo funcionan las cosas y conectarse. Las rutinas cotidianas, como la hora del círculo, el patio de recreo o ir a los centros, ofrecen momentos familiares y consistentes para explorar, comunicarse y dar sentido al mundo que los rodea.

P repare a su hijo diciéndole lo que va a hacer **antes** de hacerlo.

PREPARAR EL ENTORNO



- Observe y ajuste la iluminación y el sonido de la habitación.
- Considere permitir que el niño use una visera o sombrero.
- Utilice la colocación predecible de los objetos a la hora de comer.
- Proporcione tiempo de espera para que el niño responda.
- Recuerde pensar en utilizar el mejor campo visual del niño.
- Piense en oportunidades para utilizar el contraste visual.



QUÉ DECIR

QUÉ PROBAR

- | | |
|---|--|
| "Hora de comer, vamos a buscar tu silla en la mesa". | Ayude al niño a ubicar su silla usando una señal. |
| "Estás al lado de Emily, ella tiene una blusa roja". | Use compañeros para ayudar al niño a ubicar su lugar. |
| "Escuché la puerta y el carrito. El almuerzo está aquí". | Use sonidos para encontrar la puerta/carrito. |
| "Tu vaso está a la izquierda. Tu leche está fría". | Ayude al niño a encontrar su vaso. Manténgalo consistente. |
| "El puré de manzana está en tu plato. Esta dulce y mojado". | Ayude al niño en encontrar y explorar los alimentos. |
| "Se acabó. Lávate las manos en el fregadero". | Use señales para ayudar al niño a ir al fregadero. |

QUÉ ENSEÑAR

A QUÉ PRESTAR ATENCIÓN

- Colores
- Texturas
- Lugares
- Objetos de la hora de comer.
- Alimentos/bebidas
- Hambriento/sediento
- Temperatura
- Más/se acabó
- Sonidos
- Olores/sabor

- Lamerse los labios
- Alcanzar/Empujar la comida
- Abrir los ojos y hacer contacto visual
- Hacer o imitar sonidos o palabras
- Expresiones faciales/interacción con compañeros



Termine la hora de la comida de la **misma** manera cada vez para que su hijo aprenda cuándo ha terminado.