



BOLETÍN "PARTICIPACIÓN FAMILIAR"

Junio 2025

Volumen 13 | Edición 6



Planificación del verano para un niño con trastorno por déficit de atención (ADHD)

Por Wendy Overturf

Planificar un verano para niños y adolescentes con TDAH, requiere un equilibrio entre estructura y flexibilidad. Las personas con TDAH a menudo progresan en las rutinas, pero el verano siempre debe ser divertido y atractivo.

Aquí hay algunos consejos para ayudarle a planificar:

Mantener una rutina

- Los niños con TDAH progresan con la consistencia, por lo que tener una rutina diaria predecible es la clave
- Apegarse a un horario a la hora de dormir y de levantar que sea consistente
- Usar horarios visuales (calendarios, listas de verificación o aplicaciones) para ayudar con las expectativas. También una alarma y recordatorios (relojes visuales o señales verbales) para ayudar con las transiciones de las actividades
- Tener horarios establecidos en las comidas

Combinar actividades previamente organizadas con tiempo libre

- Inscribir a su hijo en programas de verano como deportes, clases de arte o campamentos
- Alternar estos programas con el tiempo libre
- Evitar sobrecargar la agenda: dejar espacio para descansos

Incorporar actividad física

- Los niños con TDAH a menudo tienen altos niveles de energía, por tal motivo hay que planificar actividades que permitan movimiento

Mantener el aprendizaje interesante

- Usando formas interactivas para mantener las mentes ocupadas, como ejemplo:
- Experimentos de ciencia
- Proyectos de arte
- Aplicaciones y juegos educativos
- Desafíos de lectura en la biblioteca

- Visitas a museos

Manejar el tiempo en la pantalla

- Establecer límites claros en el uso de pantallas (por ejemplo, 1 ó 2 horas al día)
- Usar juegos educativos
- Fomentar el juego al aire libre en lugar de un tiempo excesivo frente a la pantalla

Crear momentos de calma y relajación

- Practicar actividades de atención plena como yoga, ejercicios de respiración o juegos sensoriales
- Tener un espacio tranquilo donde puedan relajarse cuando estén sobre estimulados
- Realizar actividades relajantes antes de dormir, como leer o escuchar música

Planificar los viajes y las salidas

- Prepare a su hijo con anticipación para lugares nuevos con imágenes o videos
- Lleve juguetes antiestrés, bocadillos y audífonos con cancelación de ruido para viajes largos
- Planifique que las salidas sean cortas o puede dividirlos en partes

Ofrecer opciones y recompensas

- Brinde a su hijo un poco de control sobre su horario de verano ofreciéndole opciones
- Tenga un sistema de recompensas para fomentar un comportamiento positivo
- Establezca metas con incentivos; por ejemplo, leer un cierto número de libros o probar un nuevo deporte

Transición sin complicaciones a la escuela

- Aproximadamente 2 ó 3 semanas antes de que comience la escuela, ajuste gradualmente el horario y las actividades
- Cambie la hora de levantarse y la hora de dormir al acercarse el inicio escolar
- Restablezca actividades relacionadas con la escuela, como las rutinas de la tarea
- Conversen sobre las expectativas escolares para hacer más fácil la transición. También podría ser útil visitar la escuela antes del inicio de clases

Recursos adicionales

[Rutinas de verano para niños con TDAH](#)

[Kit para que los niños con TDAH tengan un verano exitoso](#)

EVENTOS DEL MES EN WI FACETS EVENTS

(Si se perdió un taller puede registrarse para obtener la grabación)

Todos los talleres están programados de 12:00pm a 1:00pm CST. Excepto si se indica lo contrario

Hay muy pocos seminarios web durante el verano. Sin embargo, asegúrese de revisar algunos de nuestros recursos en línea.

IEP Mini-módulos: Estos módulos de 30 a 40 minutos desglosan lo que necesita saber sobre el proceso del IEP. Puede ver toda la serie de diez partes o saltar directamente a los módulos que más le interesen. Sólo haga clic en el módulo para ingresar a la página de registro.

Grabaciones de talleres pasados:

Le compartimos algunos enlaces, en caso de que haya perdido el taller o tal vez quiera verlos nuevamente:

- [La mediación de educación especial de Wisconsin](#)
- [¿Por qué la educación física adaptada es importante para los niños con discapacidad?](#)
- [Actividades de lectura en el verano](#)

[Apoyando el aprendizaje de la alfabetización en casa](#)

¡Eche un vistazo a los videos en español que están disponibles!

Estos videos nos muestran acerca de la fluidez en la lectura, comprensión, vocabulario y la regla de los cinco dedos. Aunque la serie de capacitación en alfabetización para familias en el sitio web está en inglés, tiene algunos recursos muy útiles, lo invitamos a que lo vea.

[Sirviendo en grupos: Serie de talleres](#)

¿Quiere mejorar sus habilidades de liderazgo? Entonces ¡Sirviendo en grupos es para usted!
Estos talleres le pueden ayudar a participar más activamente en las reuniones del IEP, en las juntas escolares y en otros grupos de toma de decisiones como el PTA, comités y más.
Sólo ingrese a la página web y tendrá acceso directo a las grabaciones de los talleres.

[IEP 10: Derechos de los Padres en el Proceso del IEP](#)

Fecha: Junio 12, 2025, 12pm-1pm

Presentador: Nathaly Silva, WI FACETS

APRENDIZAJE EN CASA



Consejos para ayudar a reducir la pérdida del aprendizaje en el verano

La pérdida del aprendizaje escolar en el verano es cuando los niños experimentan un declive en sus habilidades académicas durante estos meses cuando la escuela no está en sesión. La falta de actividades de aprendizaje organizadas y el acceso reducido a recursos durante el verano pueden contribuir a esta pérdida de aprendizaje. Vea los consejos a continuación sobre cómo fomentar el aprendizaje durante los meses de vacaciones:

Hacer que la lectura sea divertida y accesible

- **Visitar la biblioteca**

Las bibliotecas suelen tener programas de lectura de verano con actividades divertidas y recompensas, además de una amplia selección de libros

- **Crear un rincón de lectura**

Designar un espacio cómodo y acogedor para leer, ya sea un rincón con cojines o un lugar al aire libre

- **Elegir libros atractivos**

Explore diferentes géneros y formatos (libros electrónicos, novelas gráficas, audiolibros) para adaptarse a los intereses de su hijo

- **Leer en voz alta**

Incluso los niños mayores pueden disfrutar que les lean, además de que es una excelente manera de modelar la lectura y aumentar el vocabulario

- **Incorporar aventuras de lectura**

Haga de la lectura parte de sus actividades de verano. Esto podría incluir incorporar la lectura de señales de tráfico durante los viajes en auto, señales en el parque o señales en una tienda

Fomentar una rutina de lectura

- **Programar tiempo de lectura**

Incluso sesiones cortas y regulares de lectura pueden hacer una gran diferencia

- **Establecer metas realistas**

No presione a su hijo para que lea en exceso; sino enfocarse en la consistencia y en disfrutarla

- **Hacerlo una actividad familiar**

Lean juntos como familia o animar a los hermanos a leerse entre sí

- **Comenzar un club de lectura**

Discutir libros con su hijo o con un grupo de amigos para fomentar el amor por la lectura

Desafíos en la lectura de verano

- **Participar en programas de la biblioteca**

Muchas bibliotecas ofrecen desafíos de lectura de verano con premios y actividades

- **Crear su propio desafío**

Establecer un desafío simple con recompensas por leer un cierto número de libros o páginas

- **Recompensar la lectura**

Reconocer los esfuerzos de su hijo con pequeñas recompensas, como un regalo especial o una actividad divertida.

Ser un modelo a seguir en la lectura

- **Mostrar su amor por la lectura**

Deje que sus hijos lo vean leer regularmente, ya sea un libro, una revista o un periódico

- **Hablar sobre los libros**

Conversar de los libros que están leyendo y compartir sus pensamientos y opiniones

- **Fomentar el amor por la lectura de por vida**

Hacer de la lectura una actividad divertida y placentera que sus hijos seguirán disfrutando a lo largo de sus vidas

Practicar la escritura

- **Carta de apreciación**

¡Anime a sus hijos a practicar sus habilidades de escritura redactando notas para sus seres queridos!

Los más pequeños pueden dibujar una imagen

- **Comiencen un Diario**

Usar cuadernos y reservar un tiempo para escribir en un diario. Los niños pueden escribir sobre lo que hicieron ese día, en qué están pensando y cómo se sienten. Si les gusta, intenten hacerlo de manera regular



Día del padre: Junio 15, 2025

Realicen un día de actividades que papá disfrute, ya sea un día de relajación en casa, una aventura al aire libre o una salida divertida con la familia.

Aventura al aire libre: Vayan de excursión, a pescar o a un picnic, dependiendo de sus preferencias

Juegos en familia: Tengan una noche de juegos, con juegos de mesa o sus videojuegos favoritos

Barbacoa: Pueden planear una barbacoa con sus comidas favoritas y disfruten juntos al aire libre

Además, sigamos celebrando a papá con estas [ideas de manualidades](#) para regalar y hacerlas en familia.



Junio 20, 2025: Primer día de verano

Este 20 de junio, el hemisferio norte recibe el verano, mientras que los países ubicados en el hemisferio sur le dan la bienvenida al invierno. Durante el verano, los días son más largos ya que es el momento del año en que el hemisferio norte recibe más tiempo de luz debido a su posición gradual respecto al sol, indica la agencia espacial norteamericana. Aquí encontrará información del [solsticio de verano](#).

[Prepararse para una emergencia: ¡Incendio!](#)

Le compartimos una historia para ayudar a los niños con discapacidades a saber qué hacer cuando hay un incendio.

PRÓXIMOS EVENTOS EN EL ESTADO

Conferencia de [Autism United of Wisconsin](#)

Fecha: Julio 11 y 12, 2025

Lugar: Wilderness Resort & Waterpark and Glacier Canyon Lodge, WI Dells

[Conferencia Endless possibilities 2025](#)

Puentes hacia el éxito: Empoderando a cada estudiante

Fecha: Martes 5 de agosto, 2025

Lugar: [Colegio técnico del condado de Waukesha, Pewaukee Campus](#)

[¡Registraciones abiertas!](#)

Hay becas disponibles para padres. ¿Tiene preguntas? Mande un email a Alejandra Loeza aloeza@wifacets.org

También tenemos espacio limitado para las mesas de exhibición: [Registración aquí](#)

¡El trabajo en equipo hace que el sueño se ponga en marcha! pero ¿cómo podemos desarrollar equipos para hacer realidad ese sueño? ¡La conferencia Endless Possibilities proporcionará recursos y herramientas para desarrollar su conocimiento y apoyar a todos nuestros estudiantes con discapacidades a que tengan éxito en la escuela y en la vida!

Este año le damos la bienvenida a Mike Hipple en el discurso de apertura, va a compartir su experiencia de primera mano y hablará sobre tecnología y adaptaciones para los estudiantes. También escucharemos a adultos jóvenes con experiencia en educación especial, profundizaremos en discusiones dinámicas sobre cómo apoyar a los lectores comprometidos, aprenderemos lo que otros están haciendo para apoyar los resultados positivos; para que los estudiantes con discapacidades logren sus metas y mucho más. Visite nuestro [sitio web](#) de la conferencia para obtener más información.

Al trabajar juntos, los educadores y las familias pueden ayudar a los estudiantes a prosperar en la escuela y prepararse para el éxito después de terminarla. ¡Únase a nosotros! ***Interpretación al español disponible.***

PARA SU INFORMACIÓN

[Los parques inclusivos son para todos: Algunos parques infantiles accesibles para visitar en Wisconsin](#)

Aunque el sitio web está en inglés, nos muestra las [direcciones](#) de estos parques inclusivos en todo el estado.

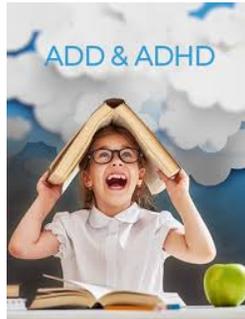
Los parques infantiles inclusivos están diseñados y construidos para ser accesibles para todos los niños, incluidos los que tienen discapacidades. Algunas de las comodidades que hacen que los parques infantiles sean divertidos para todos son:

- Columpios de nido de pájaros, que permiten que más de un niño se columpie a la vez y se ha demostrado que son terapéuticos para los niños con autismo
- Columpios Liberty, que permiten que los niños con sillas de ruedas se columpien
- Alfabetos en braille y lenguaje de señas impresos en el equipo de juego
- Portaobjetos metálicos para evitar la acumulación electrostática, que puede interferir con los implantes cocleares
- Superficies de goma para que los niños en sillas de ruedas puedan navegar fácilmente por el patio de recreo
- Rampas que permiten a los niños en silla de ruedas llegar a los puntos más altos de las estructuras de juego

[WI FACETS - Español](#) | [Milwaukee WI](#) | [Facebook](#)

Asegúrese de visitar la página de Facebook de WI FACETS. La página incluye posts relacionados con niños con discapacidades y también ofrece más información sobre los próximos seminarios web.

RECURSOS EN LÍNEA: ADD / ADHD



[Centro de Información y Recursos para Padres \(CPIR\)](#)

El enlace conecta a una página web que proporciona hojas informativas cortas, pero detalladas sobre el ADHD (TDAH: Trastorno de déficit de atención con hiperactividad). Las hojas informativas brindan información sobre el ADHD (TDAH), describen sus características, ofrecen consejos para padres y maestros, además proporcionan enlaces a información relacionada y a organizaciones con experiencia especial relacionada con el ADHD (TDAH).

[DPI: Afecciones médicas y de salud que pueden estar relacionadas con estudiantes con IEP](#)

El "trastorno de déficit de atención-TDA" (ADD por sus siglas en inglés) y el "Trastorno de déficit de atención con hiperactividad-TDAH" (ADHD por sus siglas en inglés), son condiciones descritas en la definición federal de otros Impedimentos de salud 34 C.F.R. § 300.8(c)(9); como ejemplos que pueden, pero no necesariamente, calificar a un estudiante como si tuviera "Otro impedimento de salud" y también puede ser una condición asociada con otros criterios de discapacidad.

Recursos para ADD y ADHD del Departamento de Educación de EE. UU:

- [Conozca sus derechos: Estudiantes con ADHD](#)

[Niños y adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad \(CHADD\)](#)

CHADD es una organización nacional sin fines de lucro que brinda educación, defensa y apoyo a las personas con ADHD (TDAH). Además, el sitio web informativo publica una variedad de materiales impresos para mantener a los miembros y profesionales actualizados sobre los avances de la investigación, los medicamentos y los tratamientos que afectan a las personas con ADHD (TDAH).

[CHADD: Derechos educativos para niños con TDAH en escuelas públicas](#)

Dos leyes federales garantizan una educación pública, apropiada y gratuita (free appropriate public Education: FAPE) y ofrecen servicios y acomodaciones para estudiantes elegibles con discapacidades en los Estados Unidos: Sección 504 de la ley de rehabilitación de 1973 y la ley de educación para individuos con discapacidades, conocida como IDEA (Individual with Disabilities Education Act). En esta hoja informativa de [CHADD](#) encontrará más información de estas dos leyes.

[Lo básico sobre el TDAH](#)

Este sitio proporciona recursos y apoyo para que las personas que aprenden y piensan de manera diferente puedan prosperar en la escuela, en el trabajo y a lo largo de la vida. El objetivo de este sitio web es empoderar a los padres para que entiendan los problemas de aprendizaje y atención de sus hijos y se relacionen con sus experiencias, de esta manera pueden tomar decisiones más efectivas para y con sus hijos. El sitio también tiene algunas excelentes sugerencias para los estudiantes, como [Qué pueden decir los estudiantes de escuela media con TDAH para abogar por sí mismos](#)

[TDAH y el ejercicio](#)

Sabemos que hacer ejercicio es bueno para nosotros. Nos ayuda a mantenernos sanos, sentirnos mejor y divertirnos. Pero para los niños con TDAH, hacer ejercicio también puede ser muy útil para manejar sus síntomas. Los estudios demuestran que tan sólo media hora de ejercicio al día puede ayudar a los niños, especialmente a los más pequeños, a concentrarse y sentirse mejor. Aquí encontrará más información al respecto.

[Agotamiento escolar en niños que piensan y aprenden diferente](#)

El agotamiento es un estado de mucho cansancio causado por un estrés continuo. Y para los niños que piensan y aprenden de manera diferente, el estrés en la escuela puede ser constante. Se tienen que esforzar más que otros niños para mejorar sus habilidades y mantenerse al día. Puede que tengan dificultad para socializar o sean víctimas de acoso escolar de manera regular. Además, algunos niños se esfuerzan por ocultar sus dificultades y diferencias. Y eso añade aún más estrés. Visite este artículo para saber más.

[Qué disciplina deportiva puede practicar mi hijo con TDAH](#)

Los niños con [TDAH](#) (Trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad) deben saber canalizar toda su energía a través de una actividad física. Sin embargo, es importante tratar aquellas actividades o deportes que les permitan obtener la máxima diversión y el mínimo estrés social. La natación, el ciclismo o el excursionismo son algunos de los deportes que este sitio web sugiere para los niños, pero en este artículo descubrirá algunos más.

[Entonces, ya tienes un diagnóstico ¿y ahora qué?](#)

Mucha gente dice que descubrir que tienes una discapacidad lo cambia todo, pero también nada. ¿Qué significa esto? Significa que sigues siendo tú. Acabas de aprender algo nuevo sobre ti mismo, ya sea autismo, TDAH, dislexia, un trastorno del movimiento u otra afección; es algo nuevo en ti. Puede resultar abrumador, pero con la mentalidad adecuada, puedes convertir este desafío en una fortaleza.

Intervenciones y apoyos conductuales positivos (PBIS)

Las intervenciones y apoyos conductuales positivos (PBIS), son una estrategia que las escuelas utilizan para enseñar a los niños el comportamiento que se espera. Consulte [este artículo](#) para obtener información más detallada sobre PBIS.

Utilizar **intervenciones y apoyos conductuales positivos (PBIS)** para las rutinas nocturnas en verano, puede ayudar a los niños con TDAH a tener una transición más suave a la hora de dormir cuando comienza la escuela en otoño.

Crear una rutina para la hora de dormir clara y organizada

La estructura y la consistencia son clave. Siga la misma rutina a la hora de dormir cada noche, incluso en verano. Un ejemplo se muestra a continuación:

Ejemplo de rutina nocturna al estilo PBIS:

Tiempo Actividad

7:30 PM Comienzo de la relajación (apagar las pantallas, disminuir la intensidad de las luces)

7:45 PM Tomar un baño de tina o en la regadera

8:00 PM Pijamas, cepillarse los dientes, ir al baño

8:15 PM Actividad tranquila (leer, colorear, escuchar música suave)

8:30 PM En la cama, luces tenues, respiraciones profundas o meditación

8:45 PM Luces apagadas y a dormir

Usar estrategias PBIS para el éxito nocturno- Premiar los buenos hábitos a la hora de dormir por ejemplo:

Tabla de stickers o fichas: Se gana un sticker o ficha por cada paso de la rutina de dormir que se haya completado. Después de obtener varios, reciben una recompensa (cuento adicional antes de dormir, desayuno especial, etc).

Elogios y afirmaciones: Elogios verbales como “¡Buen trabajo al acostarte a tiempo!” refuerzan hábitos positivos.

COLABORACIONES AL BOLETÍN

Próximos temas:

Julio: Habla y lenguaje

Agosto: Otros problemas de salud

Septiembre: Tecnología de asistencia

puede tener acceso a este formulario, puede enviar la información en un correo electrónico.

El material apropiado para el boletín mensual incluye enlaces web a recursos de participación familiar / liderazgo de padres, anuncios de capacitaciones estatales para padres, jóvenes o audiencias de padres / educadores, información sobre agencias estatales de padres, investigaciones recientes relacionadas con el compromiso familiar y artículos de éxito de la participación familiar.

Esta publicación mensual es proporcionada por el centro de asistencia familiar de Wisconsin para la educación, capacitación y apoyo (FACETS), para compartir información en todo el estado sobre el liderazgo de los padres y la participación de la familia. Si desea que su nombre sea eliminado de la lista de distribución, envíe un correo electrónico a [WI FACETS](#).

Si desea recibir esta información mensualmente, puede inscribirse aquí: [registración al boletín](#)

El boletín electrónico "Participación familiar" de WI FACETS se puede encontrar en línea (en la parte superior de la página web encontrará la opción para cambiar el idioma):

www.servingongroups.org/newsletter



Este documento fue producido bajo subvenciones del departamento de educación de los Estados Unidos (PTIC-#H328M200017) y el departamento de instrucción pública de WI (CFDA # 84.027A / 2025-M132-WIFACETS-342) a WI FACETS. El contenido no representa necesariamente la política del departamento de educación de los Estados Unidos, el departamento de instrucción pública de WI o WI FACETS. No se debe asumir el respaldo del departamento de educación de los Estados Unidos, el departamento de instrucción pública de WI, WI FACETS, del oficial de proyectos del departamento de educación de los Estados Unidos, David Emenheiser; o de la directora de subvenciones del departamento de instrucción pública de WI, Rita Fuller; de cualquier producto, mercancía, servicio o empresa mencionada en esta publicación. Este producto es de dominio público. Se concede autorización para reproducirlo total o parcialmente. La cita debe ser: Departamento de educación de los Estados Unidos, departamento de instrucción pública de WI y WI FACETS, Milwaukee, WI, 2025.

WI FACETS | www.wifacets.org



WI FACETS | 600 W. Virginia St., Suite 501 | Milwaukee, WI 53204 US

[Unsubscribe](#) | [Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)



Try email marketing for free today!