

Organización visual de tareas

Herramienta para apoyar la planificación escolar



Enrique Bermúdez
Psicólogo General Sanitario

Muchos alumnos tienen dificultades para organizarse, no porque no quieran, sino porque **la planificación es una función ejecutiva que madura lentamente**. Hasta los 12-14 años, la capacidad de secuenciar pasos, priorizar y gestionar el tiempo está en pleno desarrollo. Los apoyos visuales no son una muleta: son una herramienta que hace visible lo que para muchos niños es abstracto e invisible. Este recurso está pensado para docentes y familias que quieran implementar sistemas de organización visual en el aula o en casa.

POR QUE FUNCIONAN LOS APOYOS VISUALES

- **Reducen la carga de memoria de trabajo:** el niño no tiene que recordar todos los pasos mentalmente. Los ve escritos o dibujados y puede ir tachando. Esto libera recursos cognitivos para centrarse en la tarea.
- **Hacen el tiempo tangible:** conceptos como "tienes una hora" son abstractos para muchos niños. Un temporizador visual (reloj de arena, barra de progreso, Time Timer) convierte el tiempo en algo que se ve y se entiende.
- **Facilitan la autonomía:** en lugar de depender de que el adulto le diga que hacer a continuación, el alumno puede consultar su panel y avanzar solo. Esto mejora su autoeficacia y reduce la dependencia.
- **Benefician a todos, no solo a quienes tienen dificultades:** los apoyos visuales mejoran la organización de cualquier alumno. Son una medida de accesibilidad universal, no una adaptación individual.

TIPOS DE APOYOS VISUALES

- **Listas de verificación (checklists):** una lista con casillas que el alumno marca al completar cada paso. Funciona muy bien para secuencias (vestirse, preparar la mochila, resolver un problema de matemáticas paso a paso).
- **Codificación por colores:** asignar un color a cada asignatura o tipo de tarea. Los cuadernos, carpetas y materiales se organizan por color. Esto reduce el tiempo de búsqueda y los olvidos.
- **Temporizadores visuales:** relojes que muestran el tiempo restante de forma gráfica (una porción que disminuye). Muy útiles para tareas con límite de tiempo, turnos de trabajo o transiciones.
- **Paneles de tareas:** un tablero dividido en tres columnas (por hacer / en proceso / hecho) donde el alumno mueve tarjetas a medida que avanza. Esto hace visible el progreso y da una sensación de logro concreta.

- 1 **Elige el soporte.** Puede ser una cartulina en la pared, una pizarra blanca pequeña en la mesa del alumno, o una carpeta con velcro si necesita ser portátil. Lo importante es que sea visible y accesible durante la tarea.
- 2 **Divide en tres columnas.** Etiqueta las columnas: "Por hacer", "Ahora" y "Hecho". Usa colores distintos para cada columna (por ejemplo, rojo, amarillo y verde). Si el alumno es pequeño, anade un icono o pictograma junto al texto.
- 3 **Prepara las tarjetas de tarea.** Cada tarea va en una tarjeta separada. Escribe la tarea de forma concreta y breve: "Leer página 24", "Hacer ejercicios 3 y 4", "Copiar vocabulario". Si el alumno no lee bien, usa dibujos o pictogramas.
- 4 **Enséñale a usarlo.** Modela el proceso: coge una tarjeta de "Por hacer", ponla en "Ahora", haz la tarea, y muevela a "Hecho". Práctica con tareas sencillas antes de usarlo en situaciones reales. Refuerza cada vez que lo use bien.
- 5 **Ajusta según la respuesta.** Si el alumno se agobia al ver muchas tarjetas en "Por hacer", pon solo dos o tres al principio. Si pierde interés, anade un elemento motivador (pegatina al completar todas, elegir la siguiente actividad). Adapta el sistema al niño, no al revés.

PARA RECORDAR

La organización no es un rasgo de personalidad: es una habilidad que se puede enseñar. Los apoyos visuales son el andamiaje que necesitan muchos alumnos mientras desarrollan sus propias estrategias internas. Con el tiempo, algunos dejarán de necesitarlos. Otros los mantendrán toda la vida, y eso también está bien.