



¿Historias sociales en verano?

SÍ, Y PUEDEN SER DE GRAN AYUDA.



@DERECHOAVOLAR

HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO VIAJAR EN AVIÓN?

Para que todos estemos cómodos y el viaje sea agradable

1 Voy al aeropuerto con mi familia.



2 Espero mi turno para hacer el check-in y pasar el control de seguridad.



3 Camino junto a mi familia por el aeropuerto.



4 Espero en la sala de embarque hasta que llamen a mi grupo.



5 Entro al avión en orden y busco mi asiento.



6 Me siento, abro mi cinturón y lo mantengo abrochado durante el vuelo.



7 Puedo ver por la ventana, leer o escuchar música mientras viajamos.



8 Mantengo la voz baja y hablo con amabilidad.



9 Si necesito algo, levanto la mano y pido ayuda a un adulto.



10 Cuando llegue a mi destino, espero a que el avión se detenga para levantarme.



11 Recojo mis cosas y salgo del avión en orden y sin prisa.



12 ¡Lo hice muy bien! Viajar en avión puede ser una gran experiencia.



Viajar en avión es una aventura.
Si seguimos estas reglas, todos la disfrutamos.



¿QUÉ HAGO SI TENGO UN PROBLEMA?

Historia social: Cómo pedir ayuda en lugar de llorar

1



A veces tengo un problema con un compañero.
(Por ejemplo: me quita un juguete, me empuja o no me deja jugar).

2



Cuando tengo un problema, puedo sentirme triste, enfadado o preocupado.

3



A veces me dan ganas de llorar o gritar.

4



Antes de llorar, puedo parar un momento.

5



Puedo buscar a la profesora.

6



Puedo decir: "AYUDA, POR FAVOR".

7



También puedo decir: "TENGO UN PROBLEMA".

8



La profesora me escucha.

9



La profesora me ayuda a resolver el problema.

10



Pedir ayuda es una buena idea.

11



Cuando pido ayuda, estoy aprendiendo a solucionar mis problemas.

12



¡Lo estoy haciendo muy bien!



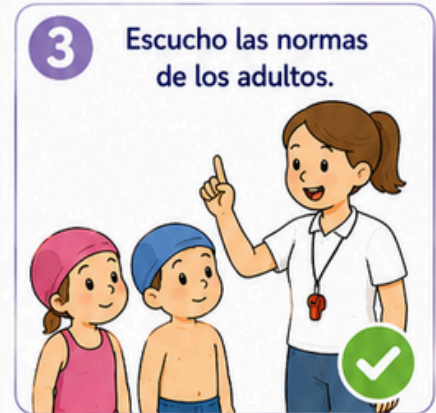
Pedir ayuda me hace más fuerte y me ayuda a llevarme bien con los demás.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO IR A LA PISCINA?

Para que todos estemos seguros y lo pasemos genial



Seguir estas normas me ayuda a estar seguro, respetar a los demás y disfrutar mucho más.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO IR A LA PLAYA?

Para que todos estemos seguros y lo pasemos genial

1 Me pongo protector solar antes de salir de casa y al llegar a la playa.



✓

2 Camino por la playa sin correr para evitar caídas y choques.



✓

3 Me quedo cerca de mi familia o de mi adulto de referencia.




✓

4 Respeto las pertenencias de los demás y las cuido.



✓

5 Escucho las indicaciones de los adultos y de los socorristas.



✓

6 Solo me baño si un adulto me lo dice y en zonas permitidas.



✓

7 No tiro arena ni agua ni molesto a los demás.




✗

8 Juego y me divierto respetando a los demás.



✓

9 Si necesito ayuda, levanto la mano y pido ayuda a un adulto.



✓

10 Cuando quiero descansar, me siento a la sombra y bebo agua.



✓

11 Recojo mis cosas y dejo la playa limpia.



✓

12 Así, todos estaremos seguros y podremos disfrutar de un día maravilloso en la playa.



✓



Respetar estas normas hace que la playa sea un lugar divertido, seguro y agradable para todos.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO COMER FUERA DE CASA?

Para que todos estemos cómodos y lo pasemos bien

1 Voy al restaurante con mi familia y estoy contento.



2 Espero a que nos sienten en la mesa.



3 Me siento bien en mi silla y me quedo sentado.



4 Espero en calma mientras llega la comida.



5 Hablo con un volumen adecuado.



6 Como con mis cubiertos y pruebo la comida.



7 Si necesito levantarme, aviso a un adulto.



8 No uso el móvil ni otros dispositivos en la mesa.



9 Respeto a las personas que me acompañan.



10 Cuando termino, doy las gracias.



11 Ayudo a dejar la mesa si puedo.



12 Me siento orgulloso porque me comporto bien y todos lo pasamos genial.



Comer fuera de casa es una oportunidad para practicar buenos modales y disfrutar juntos.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO DISFRUTAR DE FERIAS Y FIESTAS CON MUCHO RUIDO?

Para que me sienta seguro, tranquilo y lo pase bien

1 Las ferias y fiestas son lugares divertidos, pero suelen tener mucha gente y mucho ruido.



✓

2 Antes de ir, sé que puede haber ruidos fuertes como música, altavoces o atracciones.



✓

3 Puedo llevar cosas que me ayudan a sentirme mejor: cascos, tapones, gafas de sol o mi objeto favorito.



✓

4 Me quedo cerca de mi familia o de la persona adulta que me acompaña.



✓

5 Si el ruido es demasiado fuerte, puedo taparme los oídos o ponerme los cascos.



✓

6 Si me siento abrumado, puedo pedir un descanso en un lugar más tranquilo.



✓

7 Respiro profundo y cuento hasta 10 para calmarme.



✓

8 Puedo ir a las atracciones que me gustan, pero elijo las que me hacen sentir bien.



✓

9 No tengo que hacerlo todo. Puedo tomarme mi tiempo y disfrutar a mi manera.



✓

10 Si algo me molesta o me da miedo, se lo digo a mi adulto de confianza.




✓

11 Cuando me voy de la feria, me siento orgulloso de haberlo intentado.



✓

12 ¡Lo he conseguido! Puedo disfrutar de las ferias y fiestas cuidando de mí mismo.



✓



Con preparación, apoyos y descansos, puedo disfrutar de las ferias y fiestas y pasarlo genial.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO DORMIR FUERA DE CASA EN UN HOTEL?

Para que me sienta tranquilo, seguro y disfrute de la experiencia

1 Voy al hotel con mi familia y descubro un lugar nuevo.



2 El hotel es diferente a mi casa, pero también es un lugar seguro.



3 Veo mi habitación y conozco dónde están la cama, el baño y mis cosas.



4 Puedo ayudar a colocar mi ropa, mis juguetes o mis objetos favoritos.



5 Durante el día puedo disfrutar de actividades y pasar tiempo con mi familia.



6 Cuando llega la noche, seguimos una rutina parecida a la de casa.



7 Me pongo el pijama, voy al baño y me preparo para descansar.



8 Si escucho ruidos nuevos, recuerdo que son normales en un hotel.



9 Si me siento nervioso o necesito algo, puedo avisar a un adulto.



10 Puedo abrazar mi peluche, manta o algún objeto que me haga sentir tranquilo.



11 Descanso en mi cama y mi familia está cerca para ayudarme si lo necesito.



12 ¡Lo he conseguido! Dormir fuera de casa puede ser una experiencia divertida y especial.



Dormir en un hotel es una aventura. Cuando conozco lo que va a pasar, me siento más seguro y tranquilo.



HISTORIA SOCIAL

¿CÓMO USAR BAÑOS PÚBLICOS?

Para que me sienta cómodo, seguro y respete a los demás

- 1** A veces, cuando estoy fuera de casa, necesito usar un baño público.



- 2** Los baños públicos pueden ser diferentes a los de mi casa, pero son seguros.



- 3** Entro, me fijo dónde está el baño que voy a usar y cierro la puerta.



- 4** Uso el baño. Me tomo tiempo y estoy tranquilo.



- 5** Cuando termino, tiro de la cadena para dejarlo limpio.



- 6** Me limpio y puedo usar el papel que necesite.



- 7** Lavo mis manos con agua y jabón durante unos segundos.



- 8** Me seco las manos con papel o con el secador de manos.



- 9** Tiro el papel en la papelerera. No lo tiro al suelo ni al inodoro.



- 10** Salgo del baño y dejo la puerta como me gustaría encontrarla.



- 11** Si necesito ayuda o algo no está bien (sucio, sin papel, sin jabón...), se lo digo a un adulto de confianza.



- 12** ¡Lo he hecho muy bien! Usar baños públicos es cuidarme a mí y a los demás.



Usar los baños públicos de forma adecuada me ayuda a estar cómodo, seguro y a respetar a los demás.





RECUERDA

LAS HISTORIAS SOCIALES NO SON SOLO PARA EL COLEGIO.

El verano está lleno de oportunidades para trabajar autonomía, comunicación, autocontrol y habilidades sociales en contextos reales.

Utiliza fotografías reales cuando sea posible.