



Inclusión

Primaria

La mochila y la agenda

Apuntar, comprobar y no olvidar el material. Con soluciones y hoja de registro.



Nombre: _____ Fecha: _____

Recuerda

Para el adulto. Olvidar el libro, no apuntar la tarea o traer la mochila con todo dentro no son descuidos aislados: es la misma dificultad repetida, la de sostener en la cabeza una información mientras se hace otra cosa. Por eso **no se resuelve pidiendo más atención, se resuelve sacándolo de la cabeza y poniéndolo por escrito**. La agenda solo funciona si se rellena **en el momento**, no al final del día. Lo apuntado dos horas después ya se ha perdido.

Trucos

Una agenda con dos columnas rinde mucho más que una lista: en una, la tarea; en la otra, qué hay que llevar para hacerla. La mitad de los olvidos son de material, no de tarea.

Responde a las preguntas

1. Escribe la tarea de hoy y lo que necesitas para hacerla.

tarea: _____ necesito: _____

tarea: _____ necesito: _____

2. ¿Cuándo apuntas los deberes? Elige y explica por qué es mejor.

_____ a) cuando lo dice el profesor b) en el recreo c) al llegar a casa

3. Escribe tres cosas que se te olvidan más veces.

4. Mira tu mochila. Escribe dos cosas que no deberían estar ahí.

_____ y _____

Recuerda

Un olvido casi nunca ocurre en el momento del olvido: ocurre antes, cuando no se hizo la comprobación. Por eso la solución no es acordarse mejor, es **tener un punto fijo del día en que se repasa**, siempre el mismo y siempre en el mismo sitio.

5. Escribe tu lista de comprobación de la noche. Cuatro cosas que miras antes de cerrar la mochila.

1 _____ 2 _____

3 _____ 4 _____

6. ¿Dónde vas a dejar la mochila ya cerrada para no olvidarla?



7. Mañana hay educación física y toca devolver un libro a la biblioteca. Escribe qué metes hoy en la mochila.
-

8. Te has dado cuenta en clase de que falta un libro. ¿Qué haces? Escribe una respuesta que arregle el día.
-

El reto

Durante una semana, marca cada mañana si llevabas **todo** lo que hacía falta. No apuntes lo que olvidaste: apunta solo sí o no. Al quinto día se ve el patrón, y casi siempre falla el mismo día de la semana. L ____ M ____ X ____ J ____ V ____

Hoja de registro

Esta hoja es para el adulto. Marca C en lo conseguido, EP en lo que va con ayuda y NC en lo que aún no aparece.

1. Apunta la tarea y el material que necesita. C [] EP [] NC []
2. Escribe en la agenda en el momento en que se dice. C [] EP [] NC []
3. Identifica sus olvidos más repetidos. C [] EP [] NC []
4. Mantiene la mochila sin cosas de más. C [] EP [] NC []
5. Usa una lista de comprobación fija. C [] EP [] NC []
6. Prepara la mochila la noche anterior. C [] EP [] NC []
7. Resuelve un olvido sin bloquearse. C [] EP [] NC []

Comentario. Si el punto 2 está en NC, ninguno de los demás se sostiene, porque falta la información de partida. Antes de trabajar la mochila conviene asegurar que **la tarea queda escrita en el momento**, aunque sea con una palabra y aunque la escriba otro y él la copie.



Solucionario

Pregunta 1: dos tareas reales con su material. Se valora sobre todo la segunda columna: **apuntar la tarea sin apuntar el libro deja el olvido intacto**. Pregunta 2: **a)**, cuando lo dice el profesor. En el recreo ya se ha mezclado con otras cosas y al llegar a casa la información suele haber desaparecido.

Pregunta 3: los suyos, con nombre propio. Una lista de tres olvidos concretos es la base de la lista de comprobación de la pregunta 5. Pregunta 4: papeles viejos, envoltorios, juguetes, libros de la semana pasada. Una mochila con cosas de más esconde lo que sí hace falta. Pregunta 5: cuatro comprobaciones concretas, del tipo agenda mirada, libros de mañana, estuche, ropa de educación física. Que sean **siempre las mismas cuatro** es lo que la convierte en rutina. Pregunta 6: un sitio fijo y visible, junto a la puerta o al lado de los zapatos. El sitio importa tanto como la mochila. Pregunta 7: el chándal o la bolsa de deporte y el libro de la biblioteca, además del material del día. La pregunta comprueba si sabe **anticipar dos cosas a la vez**. Pregunta 8: decirlo, pedir compartir con un compañero, apuntarlo para no repetirlo. Se valora que la respuesta **siga adelante con la clase**: quedarse callado y sin trabajar es la salida que más cuesta después.