



Economía de Fichas

Herramienta de motivación
para rutinas con refuerzo
positivo y juego



Dra. Sofía Aguirre





¿Cómo usar este PDF?

Este documento contiene dos plantillas diferentes para trabajar hábitos con tu hijo/a desde el refuerzo positivo.

Cada familia puede elegir la que mejor se adapte a su rutina y al nivel de motivación del niño.

✦ **Plantilla Semanal**

Ideal para ver avances rápidamente. Permite marcar día a día cómo va el hábito y mantener la motivación alta, especialmente en niños más pequeños.

✦ **Plantilla Mensual**

Pensada para metas más largas. Incluye todos los días del mes y permite trabajar constancia, acumulación de fichas y una recompensa mensual.



Mi Rutina *Semanal*



Hábitos

Días

Lunes					
Martes					
Miércoles					
Jueves					
Viernes					
Sábado					
Domingo					



¿Cómo usar la plantilla Semanal?

1. Escribe y dibuja el hábito

En la parte superior, escribe el hábito que quieres trabajar. En el cuadro de abajo, tu hijo/a puede dibujar la actividad o puedes pegar una imagen sencilla que la represente.

Ej: “Cepillarme los dientes”.





2. Marca cada día

Cada vez que el niño realiza el hábito, marca la casilla del día con un ✓, una carita o una estrellita. Hazlo de inmediato para que el refuerzo funcione.

3. Reutiliza la plantilla

Reutiliza la plantilla cada semana, puedes forrar la hoja con papel contact para marcar y borrar fácilmente cada semana.

O en su defecto puedes marcar con un lápiz en el tablero y borrar al iniciar una nueva semana.

D í a s	H á b i t o s
Lunes	Cepillarme los dientes 
Martes	
Miércoles	
Jueves	
	



Mis Rutinas ✨

Mes _____



Hábitos

Días del Mes

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

Trabajo por: _____

Numero de fichas necesario para reclamar la recompensa:



Mis Rutinas ✨

Mes _____



Hábitos

Días del Mes

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	<i>Total Fichas:</i> _____							

Trabajo por: _____

Numero de fichas necesario para reclamar la recompensa:

¿Cómo usar la plantilla Mensual?

1. Escribe el mes

✦ *Mes* ej: Noviembre

2. Escribe y dibuja el hábito

Escribe el hábito a reforzar y dibuja (o pega una imagen) que lo represente.

3. ¿Cuántas hojas imprimir?

- ✦ Hasta 3 hábitos → imprime una hoja.
- ✦ Más de 3 hábitos → imprime dos hojas

4. Tacha los días que no existen

Si el mes no tiene 31 días, tacha el círculo completo del día que no aplica.

5. Completa "Trabajo por..."

Escribe la recompensa del mes y, debajo, la cantidad de fichas que debe lograr.

6. Marca los días

Cada vez que el niño realiza el hábito, marca la casilla del día con un ✓, una carita o una estrellita. ¡Hazlo de inmediato! para que el refuerzo funcione.

Tender la cama



✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
✦	✦	✦	✦	✖	total Fichas: <u>30</u>								

Cometa

Trabajo por: Picnic en familia

Numero de fichas necesario para reclamar la recompensa: 100



Marca la ficha en el momento

Cada vez que el niño haga el hábito, marca el día con un \checkmark , una carita o una estrellita.

Refuerza con una frase positiva

Acompaña la ficha con algo sencillo: "¡Lo lograste!" o "¡Qué buen esfuerzo!"

importante

Suma cuántas fichas puede ganar en el mes y elige si la meta será 100% o 80%. Escribe la recompensa al final del mes. Recomendadas: actividades en familia (picnic, película, cocinar, juntos, noche especial).

Define la meta y la recompensa