RECURSO GRATUITO

Mis primeras palabras en ASL

12 señas de todos los días para la casa y la escuela

Actividades para principiantes: para familias, salones de clase y educación en el hogar



PARA LOS ADULTOS

Antes de empezar

Estas 12 señas son útiles todos los días en casa y en la escuela. Así pueden empezar.

1. **Vaya despacio.** Aprenda una o dos señas a la vez.
2. **Úselas en la vida real.** Use cada seña durante una rutina diaria.
3. **Diga, muestre, responda.** Diga la palabra, muestre la seña y responda cuando el niño lo intente.
4. **Lo importante es comunicarse.** Póngale atención a la comunicación, no al movimiento perfecto.
5. **Un poco cada día.** Practiquen unos minutos todos los días.
6. **Confirme el uso local.** El ASL tiene variaciones según la región y la comunidad. Use un diccionario de ASL confiable o consulte a una persona que domine el ASL para confirmar el uso local.

Un recordatorio útil:

El ASL (Lengua de Señas Americana) es un idioma completo, con su propia gramática y cultura. Estas primeras palabras son un punto de partida.

Cómo usar este cuaderno

- **Páginas 3–8:** Aprendan las señas juntos.
- **Páginas 9–12:** Recorten las tarjetas. Péguenlas donde usan cada palabra.
- **Páginas 13–15:** Practiquen con juegos y un reto de 7 días.
- **Página 16:** Respuestas y notas.

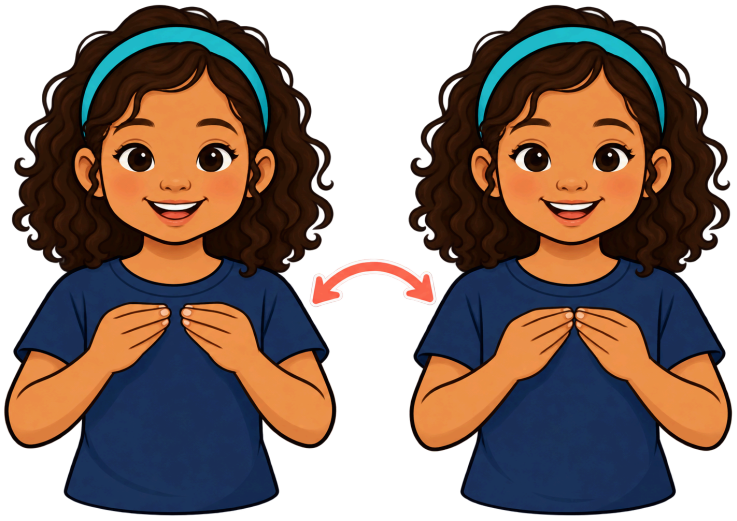
Las palabras grandes están en español. Debajo aparece el nombre de la seña en inglés, como se escribe en los diccionarios de ASL. El ASL no es lo mismo que la Lengua de Señas Mexicana (LSM) ni que otras lenguas de señas.

Este cuaderno no reemplaza el aprendizaje con un maestro sordo o que domine el ASL.

APRENDE LAS SEÑAS · 1 DE 6

Aprende las señas

Mira el dibujo. Lee los pasos. ¡Inténtenlo juntos!



MÁS

Seña en ASL: MORE

CÓMO HACER LA SEÑA

Junta las puntas de los dedos de las dos manos. Vuelve a tocarlas.

PRUÉBALO

Usa MÁS en la merienda, al jugar o en tu actividad favorita.



AYUDA

Seña en ASL: HELP

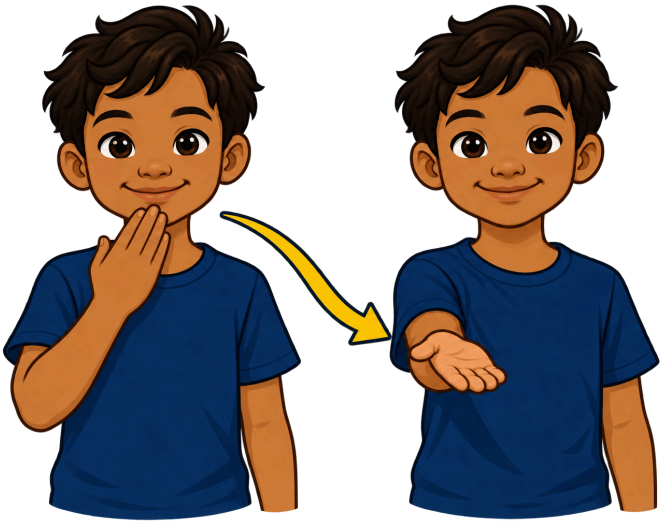
CÓMO HACER LA SEÑA

Pon una mano con el pulgar hacia arriba sobre la palma abierta. Sube las dos manos juntas.

PRUÉBALO

Usa AYUDA cuando algo es difícil.

Aprende las señas



GRACIAS

Seña en ASL: THANK YOU

CÓMO HACER LA SEÑA

Toca la barbilla con la mano plana. Muévela hacia adelante.

PRUÉBALO

Usa GRACIAS cuando alguien te da algo o te ayuda.



POR FAVOR

Seña en ASL: PLEASE

CÓMO HACER LA SEÑA

Pon la mano plana sobre el pecho. Muévela en un círculo pequeño.

PRUÉBALO

Usa POR FAVOR para pedir algo con amabilidad.

Aprende las señas



TERMINÉ / YA ACABÉ

Seña en ASL: FINISHED / ALL DONE

CÓMO HACER LA SEÑA

Levanta las dos manos. Gira las palmas hacia afuera.

PRUÉBALO

Usa YA ACABÉ cuando termina una comida, una actividad o un turno.



ALTO

Seña en ASL: STOP

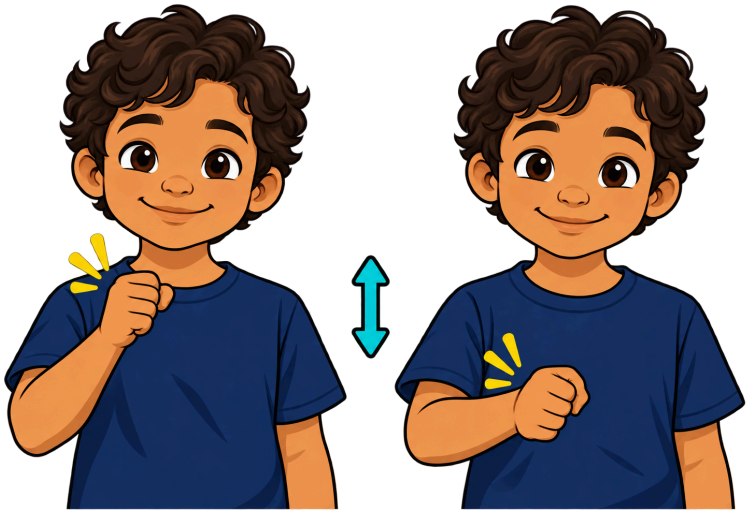
CÓMO HACER LA SEÑA

Baja el borde de una mano plana sobre la palma de la otra mano.

PRUÉBALO

Usa ALTO para poner un límite claro.

Aprende las señas



SÍ

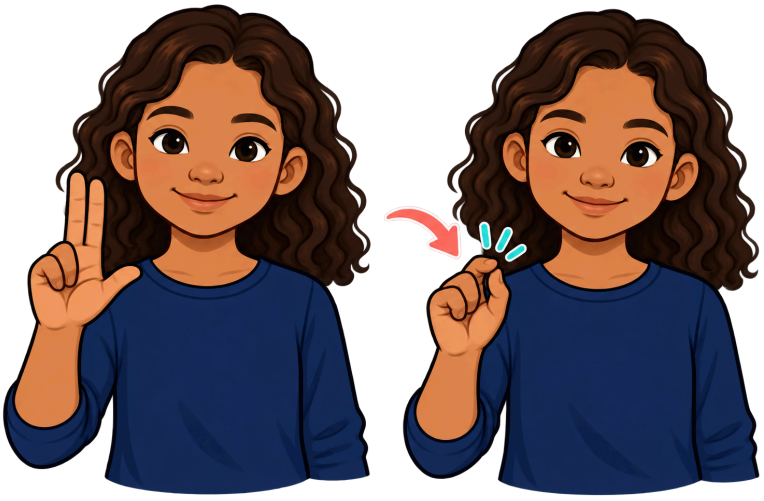
Seña en ASL: YES

CÓMO HACER LA SEÑA

Cierra la mano en un puño. Muévelo hacia arriba y hacia abajo, como cuando dices que sí con la cabeza.

PRUÉBALO

Usa SÍ para responder una pregunta o escoger algo.



NO

Seña en ASL: NO

CÓMO HACER LA SEÑA

Toca el pulgar con los dedos índice y medio.

PRUÉBALO

Usa NO para responder o para decir que no quieres algo.

Aprende las señas



COMER

Seña en ASL: EAT

CÓMO HACER LA SEÑA

Junta las puntas de los dedos y llévalas a la boca.

PRUÉBALO

Usa COMER a la hora de comer o para pedir comida.



BEBER

Seña en ASL: DRINK

CÓMO HACER LA SEÑA

Forma una C con la mano e inclínala hacia la boca.

PRUÉBALO

Usa BEBER para pedir agua u otra bebida.

Aprende las señas



BAÑO / INODORO

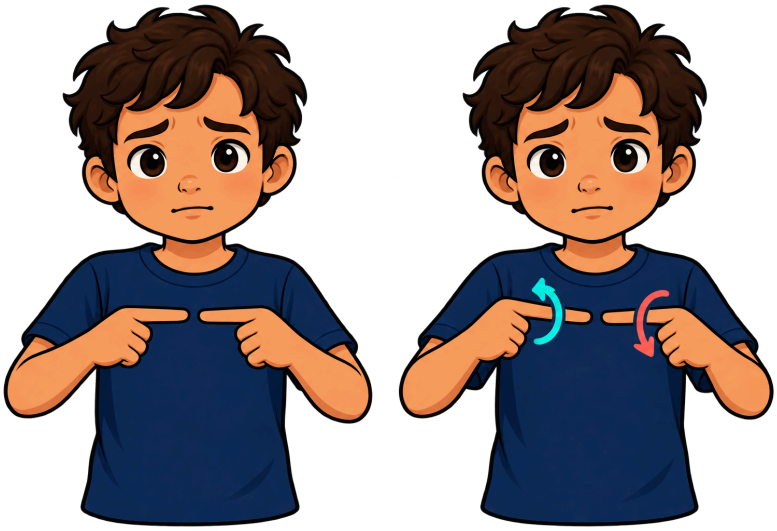
Seña en ASL: BATHROOM / TOILET

CÓMO HACER LA SEÑA

Forma la letra T con la mano y muévela suavemente de lado a lado.

PRUÉBALO

Usa BAÑO para pedir ir al baño.



DOLOR

Seña en ASL: HURT

CÓMO HACER LA SEÑA

Apunta los dos dedos índices uno hacia el otro. Gíralos en direcciones opuestas.

PRUÉBALO

Después de hacer la seña DOLOR, señala la parte del cuerpo que duele.

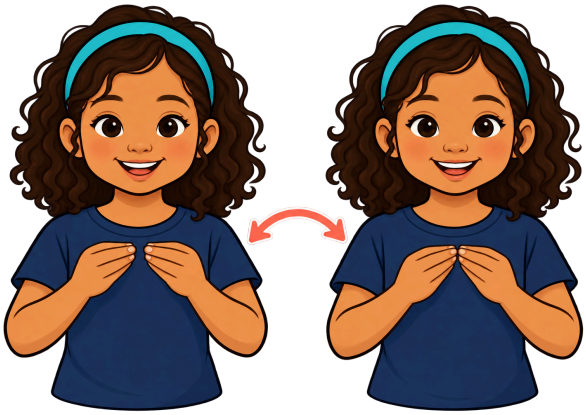
TARJETAS PARA IMPRIMIR · 1 DE 4

Tarjetas de señas para imprimir

Recorta por las líneas punteadas. Pega cada tarjeta donde usas la palabra.

MÁS

ASL: MORE



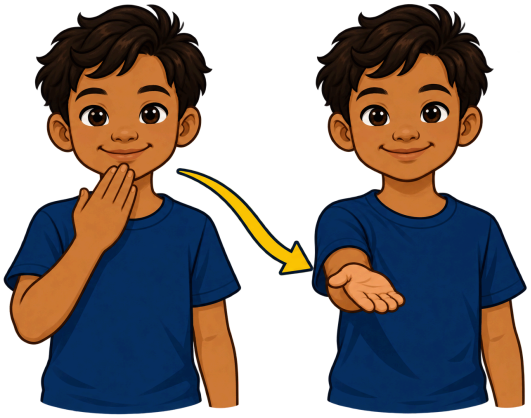
AYUDA

ASL: HELP



GRACIAS

ASL: THANK YOU



TARJETAS PARA IMPRIMIR · 2 DE 4

Tarjetas de señas para imprimir

Recorta por las líneas punteadas. Pega cada tarjeta donde usas la palabra.

POR FAVOR

ASL: PLEASE



TERMINÉ / YA ACABÉ

ASL: FINISHED / ALL DONE



ALTO

ASL: STOP



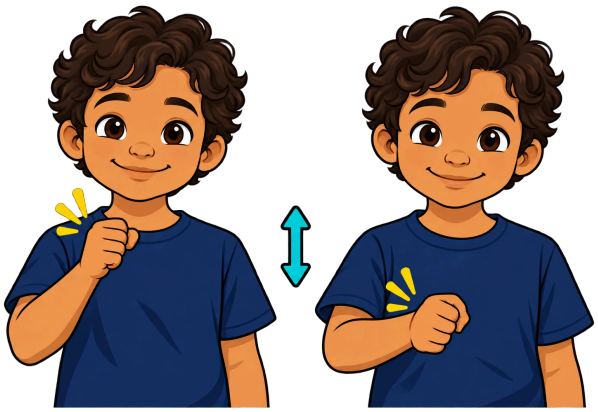
TARJETAS PARA IMPRIMIR · 3 DE 4

Tarjetas de señas para imprimir

Recorta por las líneas punteadas. Pega cada tarjeta donde usas la palabra.

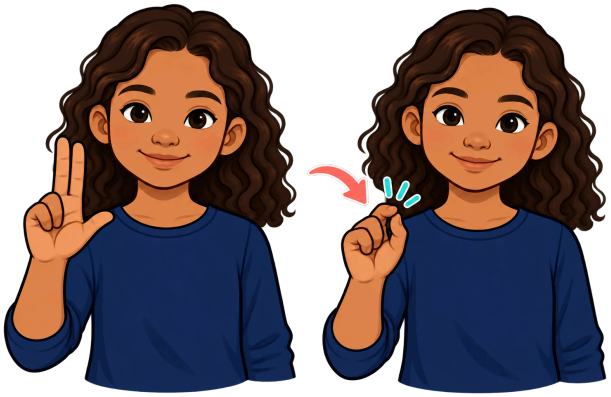
SÍ

ASL: YES



NO

ASL: NO



COMER

ASL: EAT



Tarjetas de señas para imprimir

Recorta por las líneas punteadas. Pega cada tarjeta donde usas la palabra.



BEBER

ASL: DRINK





BAÑO / INODORO

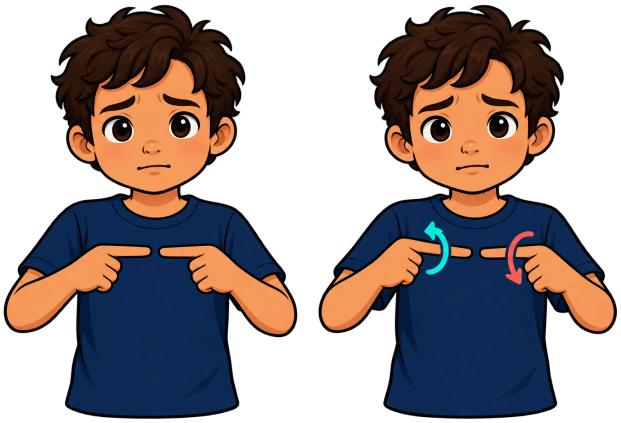
ASL: BATHROOM / TOILET





DOLOR

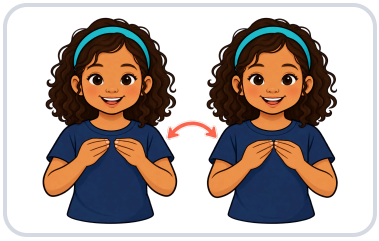
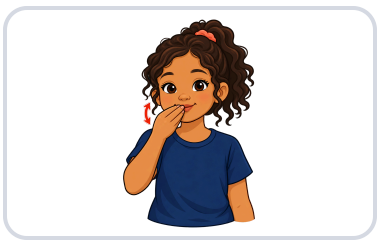
ASL: HURT



ACTIVIDAD

Une la seña con la palabra

Dibuja una línea desde cada seña hasta la palabra que significa.

1		●	● A COMER
2		●	● B ALTO
3		●	● C MÁS
4		●	● D BEBER
5		●	● E AYUDA
6		●	● F POR FAVOR

ACTIVIDAD

¿Qué seña harías?

Lee cada situación. Haz la seña. Luego escribe o dibuja tu respuesta.

1



Quieres otra galleta.

Mi seña sería: _____

2



Tu juguete es difícil de abrir.

Mi seña sería: _____

3



Ya terminaste de comer.

Mi seña sería: _____

4



Necesitas un trago de agua.

Mi seña sería: _____

5



Te duele algo en el brazo.

Mi seña sería: _____

6



Necesitas ir al baño.

Mi seña sería: _____

PRÁCTICA

Mi reto de ASL de 7 días

Practica una seña cada día. Llena una fila cuando lo hagas.

Día	Seña que practiqué	Dónde la usé	La recordé sin ayuda
Día 1			☐
Día 2			☐
Día 3			☐
Día 4			☐
Día 5			☐
Día 6			☐
Día 7			☐

RETO EXTRA

Enséñale una seña a otra persona.

¿A quién le enseñaste? _____

PARA LOS ADULTOS

Respuestas y notas

Une la seña (pág. 13)

1 – C MÁS

2 – E AYUDA

3 – F POR FAVOR

4 – B ALTO

5 – A COMER

6 – D BEBER

¿Qué seña harías? (pág. 14)

1. Quieres otra galleta. → **MÁS**

2. Tu juguete es difícil de abrir. → **AYUDA**

3. Ya terminaste de comer. → **TERMINÉ / YA ACABÉ**

4. Necesitas un trago de agua. → **BEBER**

5. Te duele algo en el brazo. → **DOLOR**

6. Necesitas ir al baño. → **BAÑO / INODORO**

Una nota sobre las señas

Las señas pueden variar según la región o la comunidad. Antes de compartir este recurso con muchas personas, pida a un educador sordo de ASL o a otra persona calificada que domine el ASL que revise las imágenes y las descripciones de los movimientos.

Créditos

Approach Education

Making education approachable, no matter the learner.

Hacemos la educación accesible para cada estudiante.

Créditos y fuentes de las imágenes:

Recurso gratuito. Puede imprimir copias para usarlas en casa, en el salón de clases y en la educación en el hogar.