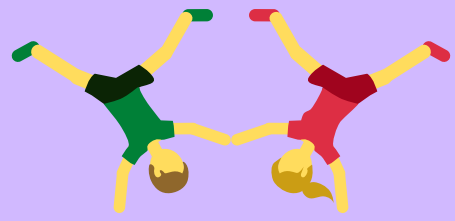


RUTINAS CON NIÑOS Y NIÑAS



Planifica el día juntos

Todas las personas queremos ser escuchadas, por lo que también debemos considerar el punto de vista de los niños y niñas a la hora de planear el día y las actividades. Evitemos presentarlas como obligaciones, esto puede llevar a la desmotivación y a que no se realicen.



Es hora de ser flexibles

Tener en cuenta su opinión implica a veces renunciar un poco a la nuestra. La idea es poder llegar a un acuerdo en donde cada parte sea escuchada y considerada.



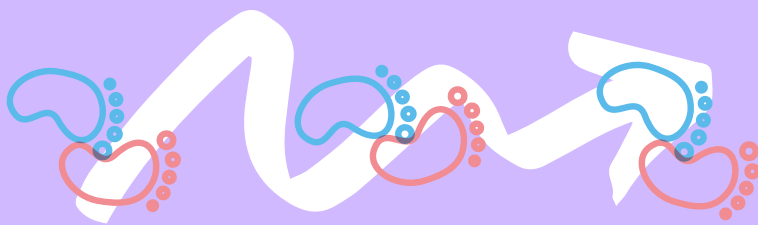
También Descanso

Recuerda tener espacios para descansar y realizar pausas activas entre las actividades. Relaja el cuerpo estirando y oxigena un poco el cerebro con algún mini juego para luego retomar la rutina con energía recargada.



Tiempo para la diversión

La diversión es fundamental para los niños y las niñas, de esta manera exploran y desarrollan sus habilidades e intereses. Es importante establecer tiempos para el ocio y la diversión.



¡Todo esto es un proceso!

No desesperes ni desistas si las primeras veces la rutina no resulta como se planeó. El proceso puede tomar más tiempo de lo esperado, evalúa las fallas posibles y analiza para mejorar. Recuerda que cada niño/a es distinto, con sus particularidades que le hacen único y especial.