

## Práctica 12:

Promover la construcción de normas y límites, explicándoles a los niños las rutinas, actividades y situaciones cotidianas de la familia.

# LA FAMILIA EXPLICA AL NIÑO O LA NIÑA LAS RUTINAS, ACTIVIDADES FAMILIARES Y SITUACIONES COTIDIANAS QUE VAN A VIVIR Y ANUNCIAN LOS CAMBIOS CUANDO SE VAN A DAR.



Las rutinas crean hábitos y los hábitos, poco a poco, fomentan la disciplina. De hecho, en cuestiones de crianza, las normas o pautas de conducta establecidas en el hogar, facilitan a madres, padres y cuidadores la formación de sus niñas y niños: el hecho de fijarles reglas desde temprana edad les permite a los más pequeños de la casa contar con una guía que los orienta acerca de lo que se puede o se debe hacer y lo que no.

Es así como las reglas ordenan los comportamientos de las niñas y de los niños y les dan un marco de contención y de seguridad a la hora de actuar. Por lo tanto, una niña o un niño con normas y límites se siente más seguro y más feliz. En cambio, "un niño al que se le da vía libre a sus deseos es un niño muy ansioso y muy inseguro. Es un niño que siente que no tiene un piso que lo contiene y que va a tener mucha dificultad para relacionarse con el mundo social".

Un aspecto muy importante en la educación de los niños es enseñarles a que asuman responsabilidades a medida que crecen. Esto no solo les ayudará a ser más disciplinados y les enseñará a seguir las normas sino que también contribuirá a que ganen en autonomía e independencia. Una forma muy sencilla y práctica de inculcarles el sentido de la responsabilidad consiste en hacerles participes de las tareas del hogar.

## REALIZA ACTIVIDADES FAMILIARES

**LEER LIBROS:** Los libros también son un medio de compartir pasiones (padres e hijos leyendo sobre fútbol), transmitir mensajes y entretener a niños y adultos.

**JUGAR CON JUGUETES:** Revisa los juguetes que tienen tus hijos e invítalos a que los usen. Esta puede ser también una buena oportunidad para deshacerse de los juguetes que tus hijos ya no usan, y donarlos a caridad. Verás como las piezas y closets se ven mucho más lindos y ordenados con menos cosas.

**DISFRAZARSE:** Junta ropa vieja, sombreros, cinturones, corbatas y accesorios en general, e invita a que los niños creen sus propios disfraces. Si tienes disfraces usados para Halloween o presentaciones sácalos y ve como ellos se las ingenian para usarlos (aunque ya no les queden buenos!). Además de divertirse los niños aumentarán su capacidad de creatividad e imaginación.

**JUGAR A LA BÚSQUEDA DEL TESORO:** Toma algunos elementos relativamente pequeños (como pelotas pequeñas o juguetes) y escóndelos alrededor de tu hogar. Luego deja que tus hijos los busquen y ganen puntos por cada "tesoro" que encuentren. Para ayudarlos puedes decir "frio" cuando se están alejando del objeto, y "caliente" cuando van hacia él en la dirección correcta.

**JUGAR CON PERSONAS QUE INCLUYE JUEGOS SOCIALES** como perseguir y atrapar, y las escondidas. También incluye canciones y rimas como "A la rueda rueda" y "La araña pequeñita".

**LAS COMIDAS Y LAS MERIENDAS:** proporcionan un contexto excelente para compartir intereses y un momento de disfrute, así como también una práctica cotidiana natural de pedidos y protestas. Al hacer que su hijo participe en la preparación de la comida, la cocina, la preparación de la mesa y la limpieza, puede crear

**LAS ACTIVIDADES DE CUIDADOS:** tales como lavarse las manos, vestirse, el cambio de pañales, bañarse y cepillarse los dientes, ocurren muchas veces por día y se pueden estructurar para ofrecer muchas oportunidades de roles productivos, interacción social y comunicación.

**LOS QUEHACERES DOMESTICOS** tales como recoger los juguetes, poner la ropa para lavar, alimentar a una mascota, reciclar, son oportunidades para hacer que su hijo participe. Al aprovechar el tiempo que ya dedica a los quehaceres domésticos, se pueden crear oportunidades de aprendizaje adicionales durante estas tareas necesarias.

**LAS TRANSICIONES** son los momentos que ocurren entre las actividades y son fundamentales para enseñarle a los hijos lo que sigue, lo que es probable, así como también para ampliar las oportunidades de aprendizaje durante el día. Enseñarle a su hijo a "hacer un plan" cuando finaliza una actividad puede contribuir a proporcionar una transición fluida de una actividad a la otra y a promover una participación activa

# EJEMPLO DE RUTINA

MAÑANA

09.00		Me despierto
09.15		Desayuno
09.30		Juego
11.00		Paseamos a la frutería
12.00		PISCINA!!!!
2.00		Comida
3.00		Siesta
4.30		Leer cuentos, dibujar, jugar
6.00		PISCINA!!!!
08.00		A bañar!!
08.30		A cenar!!!
21.30		A dormir!!!

# REALIZA LA RUTINA QUE VAS A EMPLEAR CON TU NIÑO (A)


•Nombre del niño (a):  
 Registró Civil:  
 •Nombre del acudiente:  
 Cédula: