

# Rutinas como **OPORTUNIDADES DE APRENDIZAJE**



Los niños aprenden durante las actividades del día a día.



Aprenden mucho de las personas que le son significativas (padres, hermanos, abuelos)



Es posible aprovechar el tiempo en casa y las rutinas para fortalecer la autonomía.



De esta forma, los ayudaremos a desarrollar habilidades para la vida.





# HORA DE LEVANTARSE Y VESTIRSE



Aprovechar para trabajar la comprensión "Vamos, arriba, es hora de levantarse", "¿dónde está la camiseta?", "¿el pantalón va en las manos?".



Ampliar su vocabulario con partes del cuerpo, vocabulario de prendas de vestir, colores, conceptos (arriba/abajo; frío/calor, etc.)



Fomentar la participación mediante canciones que puedan seguir juntos.



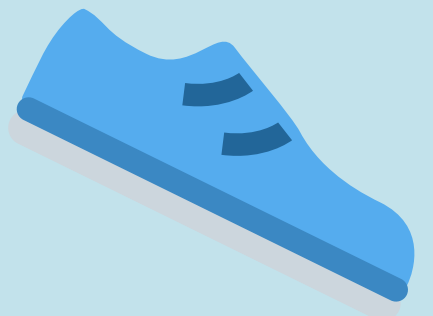
Dejar que vaya haciendo más por el mismo (ponerse solo las prendas, abotonar o abrochar, etc.)

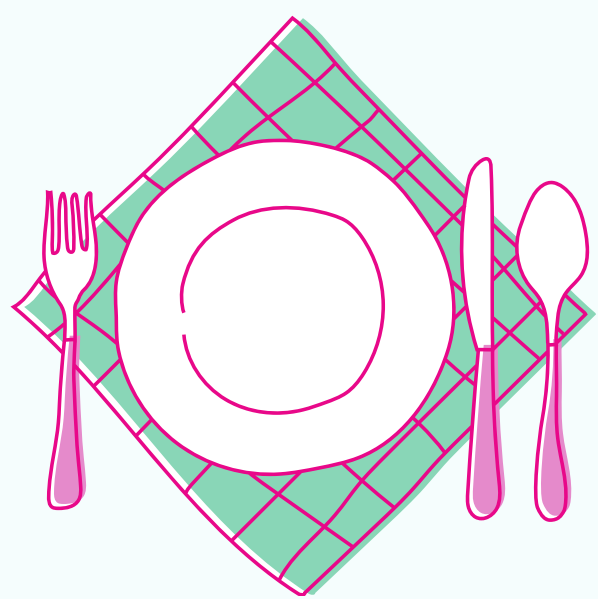


Dejar que escoja su ropa o dar opciones para aumentar su autonomía y autodeterminación.



Darle espacio y esperar, seguir su ritmo de aprendizaje.





# DESAYUNO, COMIDA Y CENA

- Dar tiempo para que exprese sus deseos, emociones, inquietudes, etc.
- Interpretar y reforzar sus actos comunicativos (señalar, mirar, tomar, etc.), y responder a ellos. "Ah, tú lo que quieres son las galletas".
- Acercarle a nuevas texturas, sabores, siempre respetando sus tiempos y ritmos. Sin obligar.
- Dejar que explore y fortalezca habilidades con las manos, preparando parte del desayuno o llevando algo a la mesa.
- Dejarlo elegir: si quiere leche o jugo, galletas o pan, etc.





# ASEO PERSONAL



Ampliar la comprensión para que siga instrucciones "toma el cepillo, ponte pasta, etc."



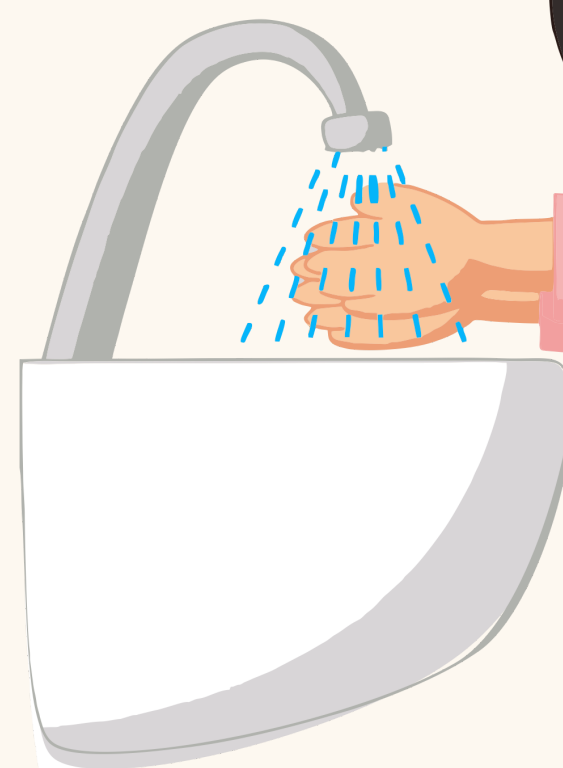
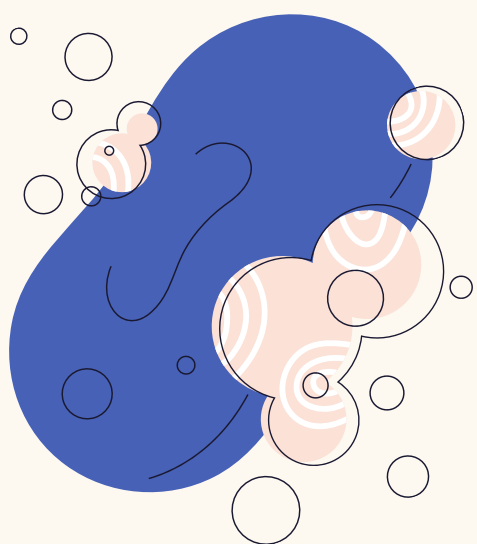
Aumentar su autonomía dejando que lo haga solo o cada vez con menos ayuda (ejemplo: poner la pasta en el cepillo de dientes sin ayuda).



Ampliar vocabulario. Podemos nombrar los objetos del baño, nombrar los sinónimos, etc.



Repasar números y operaciones matemáticas. Podemos contar el tiempo de cepillado, sumar los implementos necesarios para lavar las manos, etc.





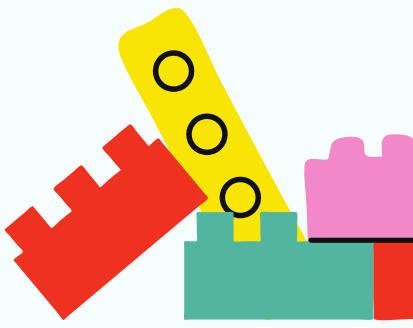
# TIEMPO DE OCIO



Dedicar tiempo de juego en familia, respetando sus intereses y acercándonos a ellos.



Enseñar habilidades con juegos o juguetes nuevos, enseñar cómo se usan.



Leer libros y cuentos juntos. Es una forma ideal para aumentar su vocabulario y comprensión.



Dejarle su espacio en solitario, si lo necesita.



Ver fotos juntos de familiares y amigos, hablar sobre ellos, describirlos, preguntar quiénes son, describir la situación que pasa en la fotografía, etc.





# HORA DEL BAÑO



Utilizar libros ilustrados o imágenes para que aprenda o repase los pasos a la hora de bañarse.



Seguir instrucciones "ponte jabón, cierra la llave, etc."



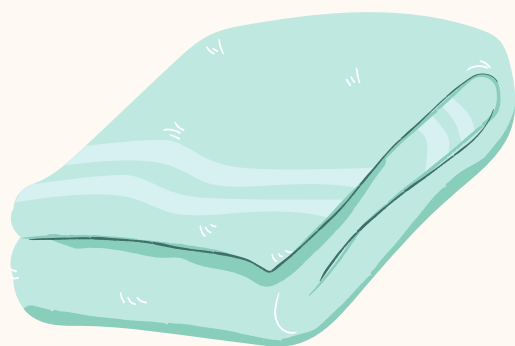
Nombrar y reforzar partes del cuerpo, derecha e izquierda, arriba y abajo, etc.



Aumentar la autonomía, dejando que haga cosas por sí mismo (frotarse con la esponja, ponerse jabón, echarse shampoo, etc).



Darle opciones "¿dónde te pondrás jabón primero, en la pierna o en la mano?"





# TAREAS DE LA CASA



Asignar responsabilidades como poner la mesa, meter la ropa a la lavadora, barrer, sacudir, etc.



Emparejar iguales (calcetines, tenedores y cucharas).



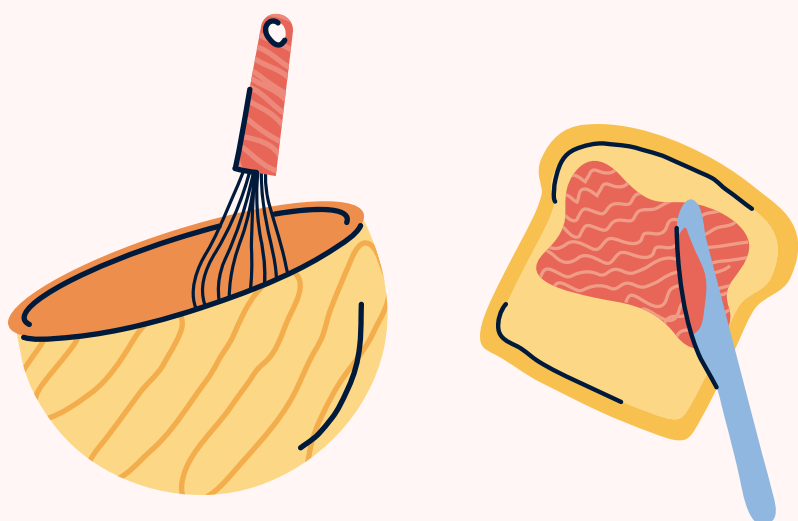
Permitir que ayude a cocinar y repasar números y sumas; contando ingredientes o implementos que se utilizan.



Repasar vocabulario y números al doblar y guardar ropa.



Enseñar una receta fácil. Se pueden repasar números, vocabulario; además de fortalecer su seguridad y autoestima.





# HORA DE DORMIR



Permitir autonomía en rutina para acostarse; al hacer su aseo personal, cambiarse de ropa, etc.



Permitir que deje preprada su ropa para el día siguiente.



Hablar sobre el día, que nos cuente qué hemos hecho o contarlo entre los dos.



Leer un libro o cuento juntos.



Escuchar canciones suaves y cantar juntos.

