






Una hoja de consejos: Promover comportamientos positivos de los niños en el hogar durante los cierres de COVID-19

<p>#1 Mantengan una rutina</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Haganlo posible para mantener una rutina similar a la rutina que su hijo tuviera si estuviera en la escuela o en la guardería, especialmente cuando se trata de la rutina de comida y siestas. • Cuando pre planeamos el horario diario intenta rotar entre estructurado actividades y tiempo de juego, tareas no preferidas, y tareas preferidas. • Planifica los momentos en los que se puede prestar atención indivisa, y cuando no puede, construir en actividades de juego independientes en esos momentos.
<p>#2 Hacer y mostrar un horario visual diario</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Planifica la rutina diaria, idealmente incluyendo segmentos del día para comidas, aperitivos, siesta, juego libre, actividades de padres e hijos, limpieza, etc... • Diseñar las actividades del día de una manera que sea visual para que los niños más pequeños puedan entender el plan para el día • Deje el calendario visual y sea visible para su hijo todo el día. Revise el horario con su hijo a primera hora de la mañana y durante todo el día.
<p>#3 Crear bolsas ocupadas para momentos en los que la atención de los adultos tiene que ser limitada</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cree una "bolsa ocupada" que esté llena de juguetes/artículos interesantes y altamente preferidos con los que su hijo disfrute y con el que es probable que juegue durante largos períodos de tiempo. • Permitir SOLAMENTE el acceso a esta bolsa justo, ya que está a punto de tener que minimizar la cantidad de atención que puede dar (por ejemplo, llamada de conferencia, teletrabajo).
<p>#4 Planificar transiciones</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcione advertencias siempre que sea el momento de que su hijo pase de una actividad preferida a una actividad no preferida (por ejemplo, hora de venir de jugar afuera para sentarse en el inodoro). • Háblele al niño cuando tenga 5 minutos para la transición, y de nuevo cuando tenga un minuto más. • Los temporizadores visuales y auditivos también pueden ser útiles para proporcionar advertencias de transición.
<p>#5 Proporcionar opciones a menudo</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • En ocasiones en que su hijo solicite un artículo/actividad que no pueda tener en este momento, ofrezca al menos otras dos opciones de artículos/actividades que estén disponibles y aprobados en ese momento. • Las opciones también promueven la participación activa de los niños con actividades en las que se debe desviar la atención de los padres.