

MANTENCIÓN DE RUTINA EN EL HOGAR

durante la suspensión de actividades escolares

1

ASEO Y VESTUARIO

Establecer un horario para levantarse, asearse y vestirse similar al que se realiza durante la jornada escolar. Utilizar ropa acorde a las actividades a realizar en casa y evitar permanecer en pijama todo el día.



2

ALIMENTACIÓN

Mantener el horario y contenido del desayuno, almuerzo, merienda, cena y colaciones. Invitar a niños y niñas a que colaboren según su edad y destrezas en la preparación de comidas y/o orden de la mesa.

3

EDUCACIÓN

Realizar las guías enviadas por cada docente en los momentos del día en que los niños y niñas suelen estar en clases presenciales, prefiriendo las mañanas. Si los padres se encuentran en modalidad de teletrabajo aprovechar ese espacio para realizar sus tareas y así compartir el espacio con sus hijos/as.



4

JUEGO

Es la principal actividad de niños y niñas. Durante el día se pueden combinar espacios de juego libre en solitario con la creación de espacios familiares para el desarrollo de juegos de mesa, manualidades, juegos de roles y juegos motores.

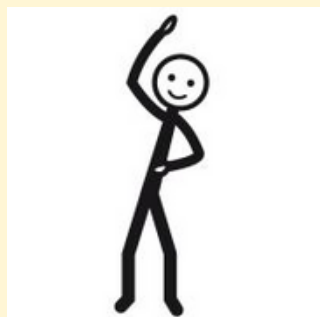


5

ACTIVIDAD FÍSICA Y DESCANSO

Incorporar actividades como baile libre, rutinas de saltos, inventar coreografías, circuitos simples con muebles del hogar.

Mantener los horarios regulares de levantarse, acostarse, siestas y rutina antes de dormir



TERAPIA OCUPACIONAL

