

Consejos para las familias de EY y KS1.

Consigue la
colaboración en
casa.

BRITISH COUNCIL SCHOOL

MARZO 2020

DEPARTAMENTO DE
ORIENTACIÓN



Consigue la colaboración en casa

Estos días de convivencia en casa pueden servir para estrechar lazos familiares pero pueden ser agotadores para todos si no estamos bien organizados.

Sin embargo, es normal y frecuente que a los niños no les gusten las órdenes e incluso a veces, hagan lo contrario de lo que se les pide.

Podemos resolverlo creando conjuntamente con ellos **Tablas de rutinas** y dejar que las sigan en vez de ir diciéndoles lo que tienen que hacer.

Esto les sirve asimismo para tener cierto orden y control sobre el tiempo, especialmente para los más pequeños.

Además, cuando los niños hacen cosas por sí solos, se sienten capaces y competentes lo que mejora su autoestima.



Cómo hacer una Tabla de Rutinas

- Establece una reunión con todos los miembros de la familia y comunica que el objetivo es hacer una tabla de rutinas.
- Comenta que es imposible que los padres se hagan cargo de todo en la casa y que es importante que cada miembro colabore en la medida de sus posibilidades.
- Comienza haciendo una lista de las tareas que es necesario realizar en casa.
- Es esencial que los niños participen aportando sus ideas y se les pregunte cuándo y de que modo quieren hacer las tareas. Sin su participación, es difícil obtener su compromiso.
- Organiza un horario para las mismas.
- Con los más pequeños se pueden utilizar fotografías de ellos mismos haciendo las tareas y luego pegarlas en la tabla.
- Se puede hacer una tabla de "Rutina General Diaria" en la que se especifique cada una de las actividades y el orden que van a seguir en el día.
- Luego, haz tablas particulares con lo que hay que hacer para cada actividad, por ejemplo, al levantarse, al estudiar, en la hora de juegos, al acostarse...
- No olvidar incluir colaboración en las tareas comunes como recoger el desayuno, la comida, llevar la ropa a la lavadora, ordenar las zonas comunes....

