

Recomendaciones y actividades desde Terapia Ocupacional



Mantener rutina

Es fundamental seguir y establecer un horario (rutina) similar a la de la escuela, por ejemplo, si el desayuno era entregado a las 9 de la mañana, lo ideal es establecerlo a la misma hora con tal de que sus hijos conserven la rutina ya establecida.

Ver adjunto 1: “MI RUTINA EN EL HOGAR”, entregar recreos en donde los niños puedan jugar, horarios en los que deban hacer tareas, e incorporarlos a las tareas del hogar como cooperar en el aseo, etc. En cada recuadro se debe ir dibujando lo que se hará con tal de anticipar nuestra rutina y pegarlo en un lugar que el niño pueda verlo.

Lo ideal es mantener el horario a la hora de dormir y de almuerzo según la rutina escolar.

Realizar actividades en conjunto, por ejemplo, juegos que le agraden (legos, yenga, juegos de mesa), pintar, bailar o cantar, con tal de disminuir la ansiedad en los niños con toda la información rondando.

15 de octubre: Día Mundial del Lavado de Manos

Al comenzar, humedecer las manos con agua y jabón



1
PALMA CON PALMA



2
ENTRE LOS DEDOS



3
DETRÁS DE LAS MANOS



4
PULGARES



5
DETRÁS DE LOS DEDOS



6
UÑAS



7
MUÑECAS



8
ENJUAGAR Y SECAR

¡Recuerda secarte las manos al final!

Hábitos de higiene personal

Reforzar o empezar a incluir más a sus hijos en los hábitos de higiene ya sea lavado de dientes, lavado de manos (correcto por al menos 30 segundos con jabón). Si su hijo ya lo hace refuerce la independencia, si no lo ha logrado aún muestre y enseñe la manera correcta de hacerlo



Actividad Sexto

Rellenar los siguientes símbolos del tránsito con papel lustre recortado, luego de esto dibujar o escribir alguna situación en la que se utilicen estos indicadores

