

Escuela
para PADRES 



Formación de hábitos

¿ QUÉ SON LOS HÁBITOS?

- Son pautas estables de comportamiento que ayudan a los niños/as a estructurarse, a orientarse y a formarse mejor.
- Es una conducta que repetimos muchas veces hasta que forma parte de nuestras actividades diarias.



- Luego de un tiempo los hábitos se automatizan y el no cumplimiento puede provocar incomodidad.



- Los padres son un elemento clave en el desarrollo de actitudes, destrezas y aptitudes de sus hijos, ya que son los responsables de establecer reglas dentro y fuera del hogar que a la larga se convertirán en hábitos.

¿Por qué es importante crear hábitos?



- * Permite el desarrollo de niños/a más autónomos .
- Permite una convivencia más positiva con los demás.
- Son necesarios para la adquisición de nuevos aprendizajes. Los hábitos nos ayudan en la vida cotidiana, simplifican nuestro actuar; ganamos tiempo.



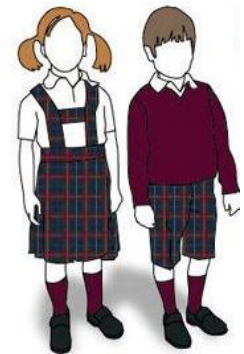


¿CÓMO SE FORMAN LOS HÁBITOS?



Los hábitos se forman mediante la repetición constante de ciertas rutinas, que con el tiempo nos acondicionan.

El hábito se vuelve costumbre; si queremos cultivar buenos hábitos debemos rodearnos de personas que los tengan adquiridos y así no adoptar malas costumbres de manera imperceptible, por imitación.





Para formar hábitos:



Se debe observar la conducta en otra personas (especialmente en su padre o su madre).

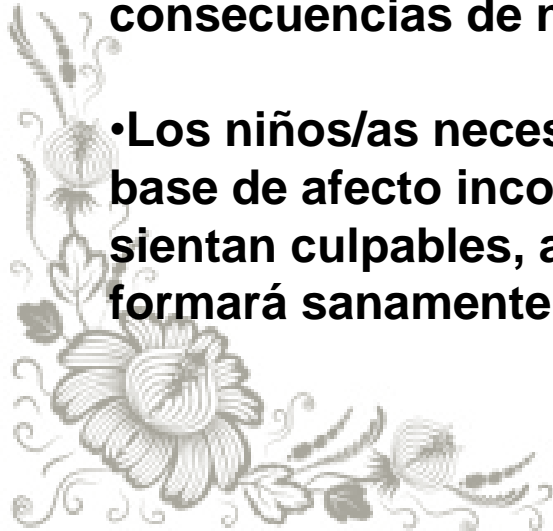
- **Imite la conducta.**

- **Conozca cual es su función (para que sirve hacer determinada cosa)**

- **Sus padres sean constantes y apoyadores en su relación con él.**

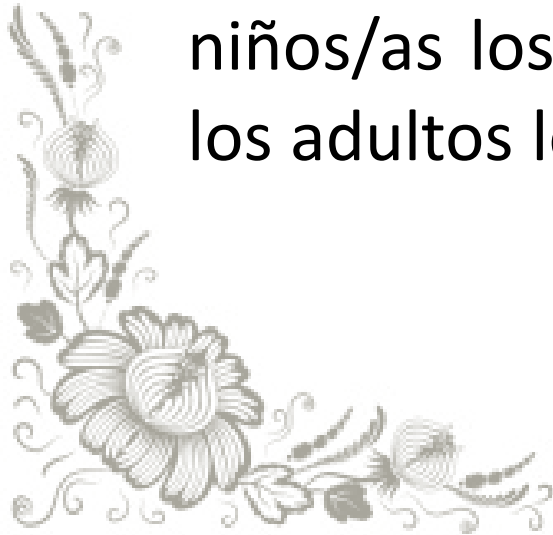
- **Darle la responsabilidad de hacerlo solo y de que asuma las consecuencias de no hacerlo.**

- **Los niños/as necesitan límites. Les hacen bien, si estos son dados con una base de afecto incondicional, y sin violencia, pero con firmeza, no se sientan culpables, al niño no se le bajará su autoestima, al contrario lo formará sanamente.**



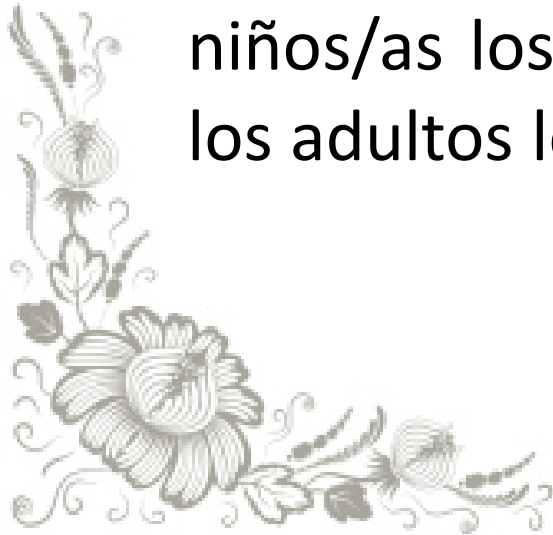


- Los hábitos, la rutina diaria y los límites son “ **para los niños/as lo que las paredes son para una casa**”, les da fronteras y dimensión a la vida.
- “Es importante en relación a los hábitos, que los niños/as los aprendan, pero es más importante que los adultos los practiquen.





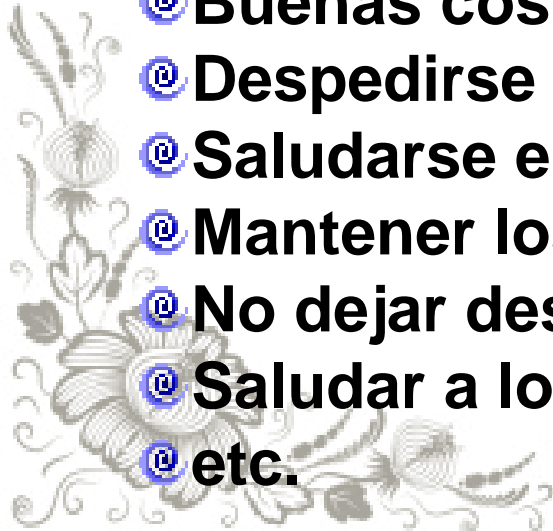
- Los hábitos, la rutina diaria y los límites son “ **para los niños/as lo que las paredes son para una casa**”, les da fronteras y dimensión a la vida.
- “Es importante en relación a los hábitos, que los niños/as los aprendan, pero es más importante que los adultos los practiquen.

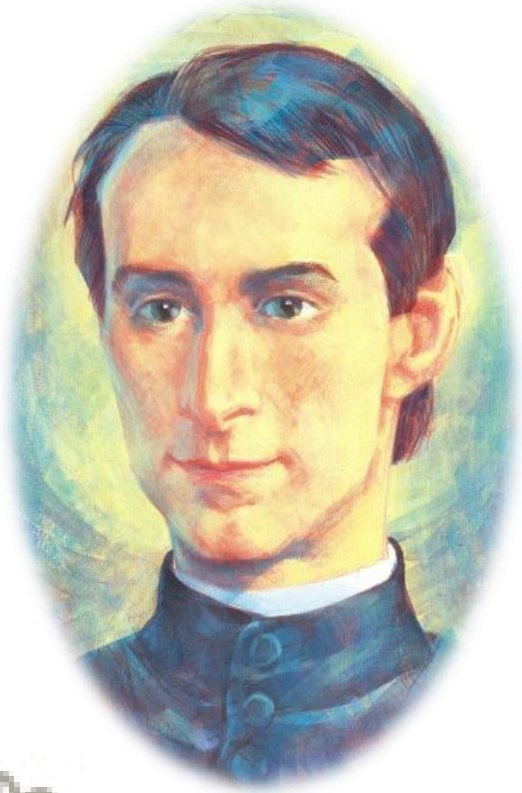




Algunos ejemplos de hábitos

- @ Orden
- @ Estudiar diariamente
- @ Bañarse todos los días
- @ Vestir el uniforme como corresponde
- @ Llevar todos los materiales al colegio
- @ Lavarse las manos antes de cada comida
- @ Buenas costumbres en la mesa
- @ Despedirse de los padres antes de dormir
- @ Saludarse en la mañana con un beso
- @ Mantener los cuadernos en orden
- @ No dejar desordenes
- @ Saludar a los familiares en fechas importantes
- @ etc.





GRACIAS