

# UN HORARIO DE ACTIVIDADES PARA NIÑAS Y NIÑOS



Por Edgar Omar Aguilar-Morales y  
Jorge Everardo Aguilar-Morales

2017

Los problemas de conducta se presentan en el hogar cuando existen ambientes caóticos y se utiliza la coerción con frecuencia.

Los niños se portan bien o mal a partir de lo que los adultos les hemos enseñado.

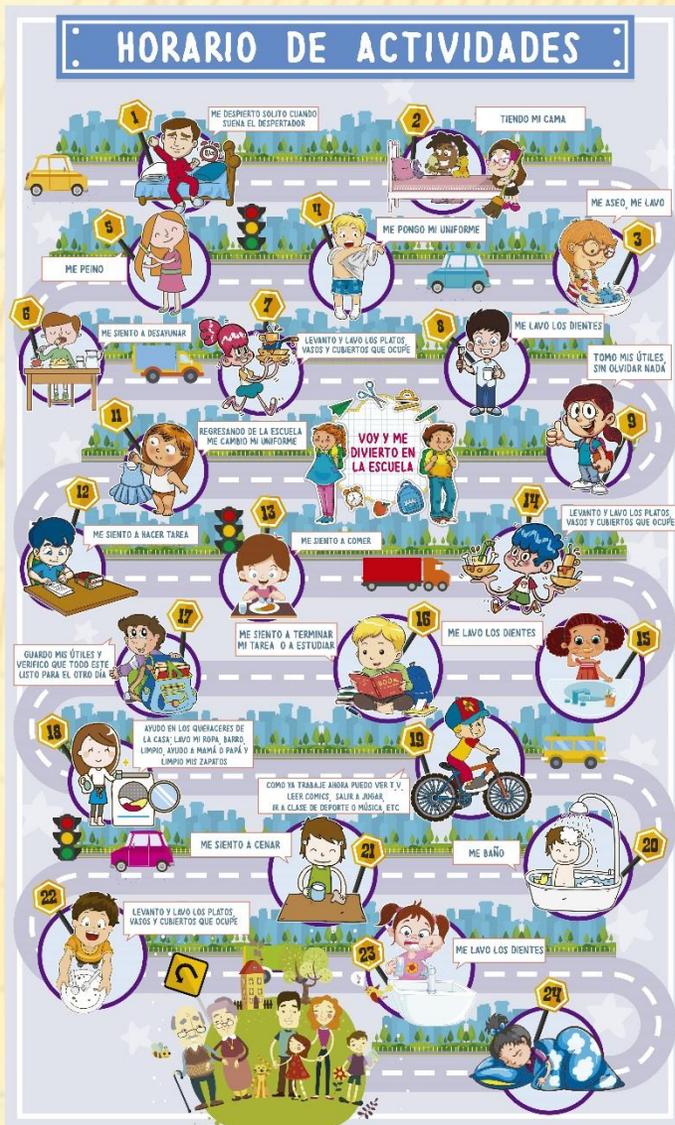
Si queremos resolver o prevenir estos problemas debemos reconocer la responsabilidad que tenemos los adultos en la construcción de ambientes que faciliten el desarrollo de los niños.



La prevención de problemas de conducta implica dos acciones:

- ✓ Organizar las actividades de los niños y niñas y
- ✓ Crear un ambiente familiar cálido y reforzante.





Para organizar las actividades, la principal herramienta que se puede utilizar es construir un horario de actividades que se coloque en un lugar visible de la casa.

En estos horarios deben plantearse horarios fijos para la alimentación, sueño, aseo personal, labores domésticas, diversiones, estudio, etc., de tal manera que se desarrollen hábitos.



Ocasionalmente se podrá interrumpir el horario en situaciones especiales: un cumpleaños, una fiesta, una salida de uno de los miembros de la familia, etc., solo se procurará que sean pocas situaciones y que todos los días se cumpla el horario programado.

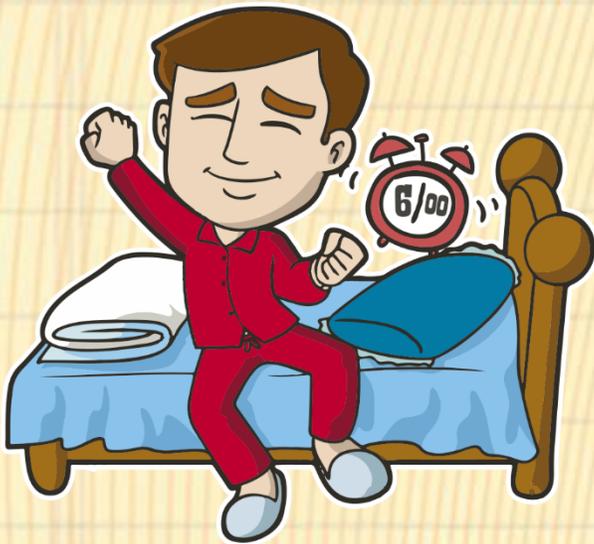
Debe cuidarse que al elaborar un calendario de actividades primero se incluya el trabajo y luego los premios o las actividades agradables. Es decir primero debe ser la tarea y luego el juego.



El horario se podría construir en tres momentos antes de ir a la Escuela, al llegar de la escuela y en la tarde y establecer periodos en los que se revise si se cumplieron los deberes, en este horario podría pedir al niño que realice las siguientes actividades:

Despertarse solito cuando suena el despertador. 7 de la mañana si es pequeño y 6 de la mañana si es un poco mayor

## Tender su cama



Asearse y lavarse



Ponerse su  
uniforme



Peinarse



Desayunar



Levantar y lavar los platos, vasos y cubiertos que utilizó



Lavarse los dientes



Tomar sus útiles, sin  
olvidar nada



# Hacer tarea

# Regresando de la escuela Cambiar su uniforme



Sentarse a comer



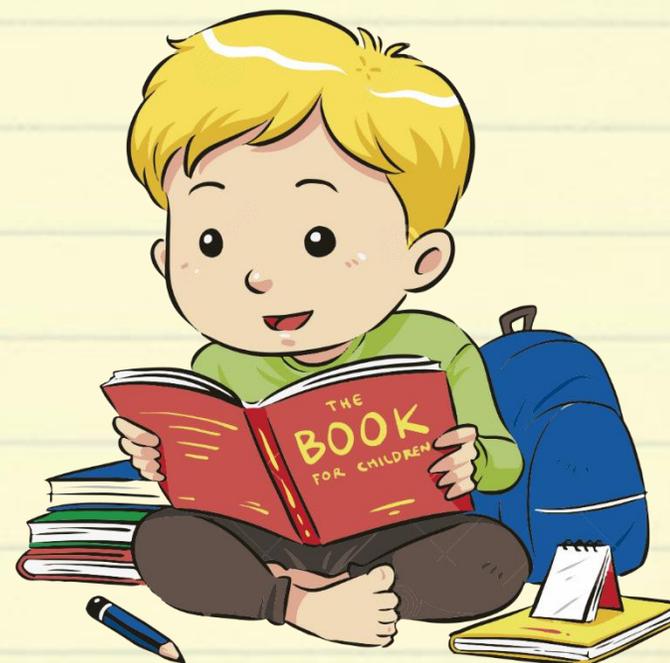
Levantarse y lavar los platos, vasos y cubiertos que utilizó



Lavarse los dientes



Sentarse a terminar la  
tarea o a estudiar



Guardar los útiles y verificar que todo este listo para el otro día



Ayudar en los quehaceres de la casa: lavar la ropa, barre, limpiar, ayudar a mamá o papá y bolear zapatos



Como ya trabajo, ahora puede ver T.V. , leer comics, salir a jugar, ir a clase de deporte o música, etc.



## Bañarse



Sentarse a cenar



Levantarse y lavar los platos, vasos y cubiertos que utilizó



Lavarse los dientes



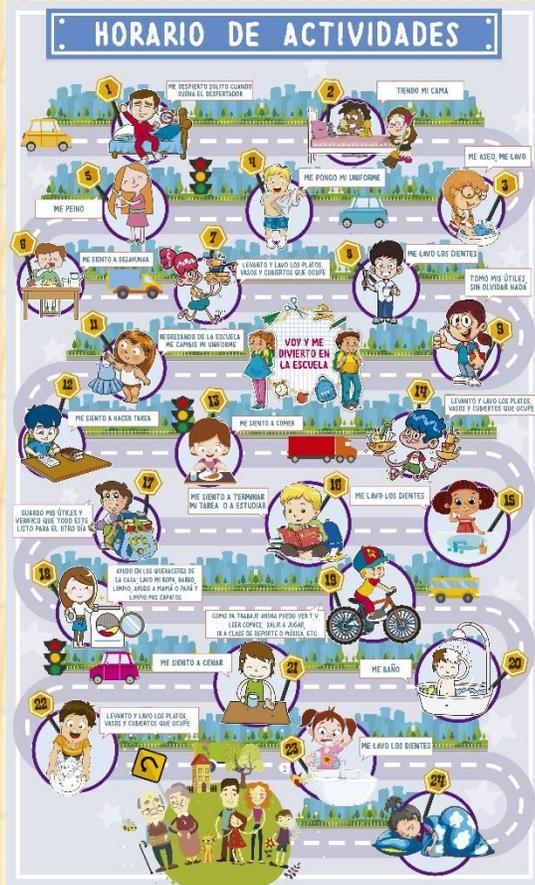
Dormirse a más tardar a las siete si es pequeño o a las ocho de la noche si es un poco mayor.



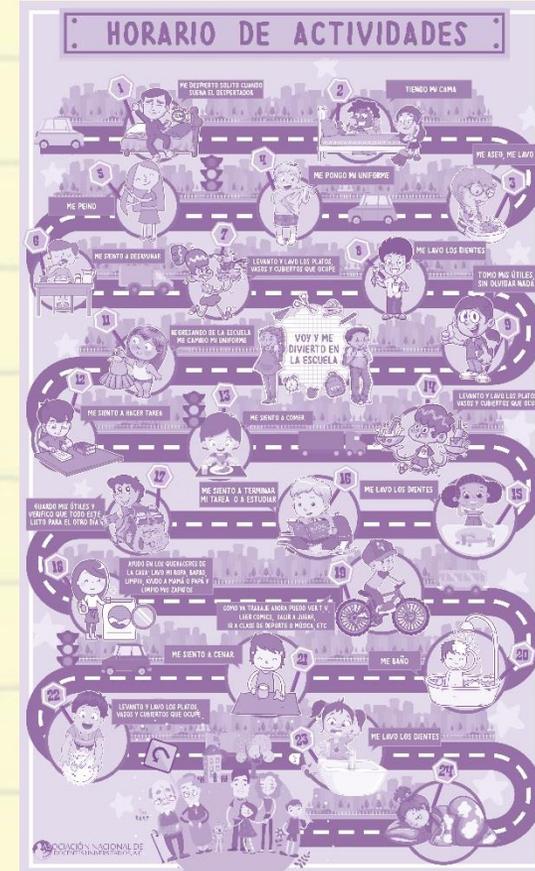
La constancia en el desarrollo de un horario puede ser algo agotador pero debemos ser perseverantes, porque si sembramos ahora buenos hábitos cosecharemos en el futuro grandes logros.



En los siguientes enlaces pueden descargarse algunos horarios en tamaño poster para imprimir



Horario a color



Horario monocromático

# UN HORARIO DE ACTIVIDADES PARA NIÑAS Y NIÑOS PEQUEÑOS

© 2017. Todos los derechos reservados.



Es un modelo de intervenciones educativas basadas en la mejor evidencia científica actualmente disponible, que ha resultado ser exitoso para realizar brindar apoyo profesional a docentes, estudiantes, directivos y demás actores educativos en instituciones de educación básica, media y superior.

Es un proyecto que promueve el diseño ambientes amigables, incluyentes y sin violencia para el aprendizaje, que ha sido formulado por Jorge Everardo Aguilar-Morales y Edgar Omar Aguilar Morales (2012).  
auspiciado por la



**DOCENCIA POSITIVA**

Diseño de ambientes amigables, incluyentes y sin violencia para el aprendizaje.

# DOCENCIA POSITIVA

es una marca registrada.

Todos los materiales tienen derechos de autor pero existe la autorización para que puedan ser reproducidos sin fines de lucro y notificando a los autores de su reproducción.

Algunas de las ilustraciones pudieron haber sido tomadas de sitios de acceso libre, si posee los derechos de autor de ellas comuníquese con nosotros y a la brevedad retiraremos la imagen de la presentación.

Si desea mayor información comuníquese con nosotros a:

[www.profesoresuniversitarios.org.mx](http://www.profesoresuniversitarios.org.mx)

E-mail: [profesoresuniversitariosmx@gmail.com](mailto:profesoresuniversitariosmx@gmail.com)

Tel Cel. 951 54 8 50 88

Encuentre múltiples materiales gratuitos de los autores en:



[Asociación Nacional de Docentes Universitarios A. C.](#)

[www.docenciapositiva.com](http://www.docenciapositiva.com)



[Docencia Positiva](#)



[Participa con nosotros en nuestro grupo de Facebook](#)