

Rutinas

Pastora Tita Bremer

¿Por qué son importantes las
rutinas y hábitos para los niños?





Las rutinas son actividades que establecemos **dentro de las actividades** que llevamos a cabo a lo largo del día.



Lo niños necesitan **rutinas** pues les ayudan a sentirse **seguros y tranquilos** en su ambiente y les **ayudan a aprender**.

**Las rutinas diarias para
los niños aportan
grandes beneficios al
bienestar emocional y
psicológico.**



- 1. Aportan seguridad.**
- 2. Reducen la ansiedad y conductas disruptivas derivadas de la incertidumbre por no saber qué va a pasar.**
- 3. Aumentan la eficiencia.**
- 4. Permiten tener una mayor capacidad de organización.**

5. Fomentan la autonomía.

6. Ayuda a convertirse en personas más perseverantes y constantes.

7. Potencian la autoestima.

8. Mejoran la autodeterminación.

9. Permiten tener tiempos de descanso para relajarse.



Rutinas no son
reglas estrictas,
**son facilitadores
para el
aprendizaje.**

Deben realizarse con una actitud muy positiva, sin amenazas, ni chantajes, es para el beneficio de ellos, no para nuestra conveniencia.

Kinder RUTINAS



Tiempo de inicio escolar

Rutina

El alumno

El maestro

8:15 am

Entrada a la escuela

Baja del auto sin olvidar la mochila, lonchera y/o tareas. Ingresa a la escuela por la puerta principal.

Un maestro le saluda con una sonrisa y mucho entusiasmo.

Entrada al salón

Deja la mochila en su lugar. Toma material diverso o se une a otro compañero que ya tiene, el cual lo compartirá con mucho gusto. Será un tiempo de conversar alegremente antes de comenzar las clases.

Recibimos con música en un tono moderado para generar ambiente de alegría. Saludamos de manera individual a cada alumno.

Tiempo de inicio escolar

Rutina

El alumno

El maestro

8:30 am

La puerta de acceso a la escuela se cerrará puntualmente.

8:40 am

Tiempo de guardar el material

Guarda su material cuando la maestra comienza a cantar una canción. Todos recogen y ayudan a los compañeros que no han terminado aún. ¡Somos un equipo!

Después de orar, damos la indicación de pasar a sus respectivos salones de clase, en orden y con manos atrás.

Bienvenida general

Todos los alumnos se sientan. Después de la bienvenida, algunos niños hacen comentarios sobre temas que les interesan.

Cuando están sentados, el maestro da la bienvenida con mucha expectativa.

Tiempo de inicio escolar

Rutina

El alumno

El maestro

8:45 am

Saludo

Cuando alguien entra en el salón, los alumnos se ponen de pie como muestra de respeto y dan los “buenos días”.

La maestra indica cuando pueden sentarse.

Tiempo de oración

El maestro o algún alumno oran para entregar este día a Dios. Oramos por necesidades específicas.

Tiempo de gratitud

Tres a cuatro estudiantes dan las gracias por algo específico.

Orden y limpieza

Uso de señas: Ir al baño, tomar agua, comentario y silencio.



Rutina

El alumno

El maestro

8:50 am

Respeto: “trata a los demás como tu quieres que te traten a ti”

Juntos recordamos diariamente normas del salón: Uso palabras mágicas (gracias, por favor...), escuchamos con atención y respeto, no nos burlamos o golpeamos. Si te ocurre algo acude a tu maestro, está para ayudarte (no reacciones).

Traslado o desplazamientos:

Cada vez que cambiamos de actividad o viene otro maestro, los alumnos dejan su salón limpio y ordenado. Es importante felicitar el buen trabajo.

El alumno se levanta y deja la silla dentro para evitar caídas. Camina con las manos atrás, sin correr por el salón.

Receso

Rutina

El alumno

El maestro

10:30 am

Lavado de manos

El niño se forma en la fila y se las lava sin distraerse (por respeto a sus compañeros que están esperando).

Recoger alimentos

Recoge su lonchera y se sienta en su lugar. (traer lonche saludable).

Tiempo gratitud

Damos gracias por los alimentos (canción).

¡A comer!

Durante este tiempo platicamos juntos sentados en nuestro lugar. Buscamos temas de interés para nuestros alumnos.

Receso

Rutina

El alumno

El maestro

Limpieza

Al terminar, cierro mi lonchera y con un trapo limpio la mesa y, si es necesario, barro mi lugar con la escoba y el recogedor pequeño (pido ayuda si lo necesito).

Importante: durante el primer mes, recibo entrenamiento.

Salida al receso

Cuando termina de limpiar, levanta la mano para poder dirigirse a la fila para salir.

Tiempo en los juguetos

Alumnos en tiempo de juego libre supervisado.

El maestro supervisa el juego libre de los alumnos, cuidando que no se “aceleren”, previene incidentes, ayuda si alguien se cae, resuelve cualquier conflicto, cuida que nadie se quede sólo. ¡Maestros cuidan el ambiente en todo momento!

Rutina

El alumno

El maestro

Regreso al salón

Al terminar el receso el alumno se dirige a la entrada del salón y se forma en su fila (niñas y niños). Una vez que están todos, coloca las manos en los hombros del compañero de adelante para tomar distancia. Con las manos atrás, entra en orden al salón. Puede beber agua o ir al baño cuando entra.

11:20 am

Trabajo en el aula

Cierre

Rutina

El alumno

El maestro

12:40 pm

Orden y Limpieza

Para terminar el día, deja su lugar limpio, se lava las manos, recoge su mochila y/o lonchera y se sienta en su lugar.

12:50 pm

Se repiten los procedimientos de trabajo en el aula.

Entrega de niños

Espera en silencio a que el maestro le llame, mientras utilizan material didáctico en sus mesas.

Tareas

El primer día de la semana, el alumno recibe en clase la hoja de tareas. La pone dentro de la carpeta transparente.

Primaria

RUTINAS



7:45 am

¡Creando expectativa!

- El Coordinador y maestro de apoyo reciben a los alumnos en la entrada de la escuela ayudándoles a bajar de sus vehículos a quienes lo necesitan.
- Sonreímos y saludamos a cada uno diciendo “buenos días”.

¡Los padres de familia saben que sus hijos se quedan en un lugar seguro!

- Cada estudiante muestra la libreta de tareas al Coordinador, quien revisa que esté firmada por sus padres, animando a los que no la traen y afirmando a quienes fueron responsables.
- Cada maestro recibe, con una sonrisa, a sus alumnos en el espacio asignado para cada grado, interactuando unos con otros.

8:00 am La puerta de acceso se cierra puntualmente.

¡Primero oro!

- Los estudiantes atienden la señal de silencio para alinear la formación.
- El Director, Coordinador o maestro ora por los estudiantes da algunas indicaciones del día. Mientras esto sucede, el maestro guarda el ambiente.

8:05 am

- Después de orar, damos la indicación de pasar a sus respectivos salones de clase de forma ordenada.
- En fila, saludan a su maestro (de mano o algún otro saludo creativo) y entran al salón de clase, dirigiéndose por el pasillo izquierdo hacia su banca.

8:05 am

¡Un lugar para cada cosa, cada cosa en su lugar!

- Desocupan la mochila colocando sus materiales debajo de su banca o en la repisa (según corresponda).
- Posteriormente, el maestro revisa las mochilas vacías de cada estudiante y después van a colgarlas en el espacio asignado.

8:10 am

Tiempo para expresar gratitud. ¡Somos agradecidos!

- Voluntariamente, los estudiantes expresan gratitud por algo o por alguien.
El alumno se pone de pie y dice: “Estoy agradecido por...” “Quiero dar gracias por...”, luego dice “1,2” y el resto de los compañeros aplauden dos veces.

Tomamos tiempo para orar juntos y compartir la Palabra.

8:20 am

Orden

El uso de señas nos permite mantener un ambiente de orden y respeto.
Uso de señas: Ir al baño, tomar agua, comentarios y silencio.



8:20 am

Respeto y disciplina

- La práctica constante de las palabras de cortesía (gracias, por favor, con gusto, con permiso...) generan un ambiente de cordialidad, respeto, gratitud y confianza.
- ¡Somos intencionales! Se suspende la clase para tratar cualquier falta de respeto o lenguaje inapropiado. ¡Se hace en el momento!

Trabajo en el aula

- Promovemos respeto por el conocimiento; por lo tanto, cuando el maestro inicia la clase, todos los estudiantes se ponen en posición de atención o slant (abreviación que se refiere a tener la espalda recta, brazos cruzados y mirar al que habla con atención).
- Escuchar con atención las preguntas de cada estudiante, si el maestro no tiene la respuesta en el momento se compromete a investigar.

8:20 am

Trabajo en el aula

- Una vez finalizado el trabajo, el estudiante hace la seña “pulgar arriba” para que el maestro pueda revisarlo.
- El maestro revisa en el lugar de cada estudiante.
- Durante el tiempo de trabajo individual, los alumnos están en silencio para que todos puedan concentrarse. El maestro cuida que la espalda permanezca recta, piernas sin cruzar y que sujete el lápiz de manera correcta.
- Propiciamos la participación en clase de todos los estudiantes utilizando algunos recursos (abatelenguas con el nombre de cada niño, ruleta digital, etc.)

10:00 - 10:30 am (Primaria alta)

11:00 - 11:30 am (Primaria baja)

¡Maestros cuidan el ambiente en todo momento!

- Antes de salir al receso, el estudiante copia la tarea en su “libreta de tareas” y la guarda debajo de la banca. El maestro comprueba que todos hayan copiado bien la tarea.
- Por filas, recogen su lonchera o dinero para comprar y se forman. Dan gracias por los alimentos y salen en orden al área asignada para disfrutar de ese tiempo.
- El maestro permanece en áreas estratégicas entre sus estudiantes cuidando las conversaciones y escuchándolos atentamente.
- Una vez que han terminado de comer, guardan la lonchera, limpian la mesa, acomodan la silla y recogen la basura que ha caído al piso y piden permiso para dirigirse al área de juegos o cancha.

10:00 - 10:30 am (Primaria alta)

11:00 - 11:30 am (Primaria baja)

¡Maestros cuidan el ambiente en todo momento!

- Cada maestro supervisa el juego libre ubicándose en una zona determinada para prevenir incidentes, ayudar si alguien se cae y resolver cualquier conflicto.
- Al sonar el timbre, recogen la lonchera y se forman en filas para poder entrar nuevamente al salón. En el salón colocan la lonchera en su lugar, toman una toallita húmeda para limpiar sus manos o cara.

¡Listos para iniciar con la siguiente clase!

1:45 pm

Se repiten los procedimientos en el aula.

¡Maestros cuidan el ambiente en todo momento!

- Para terminar el día, el maestro dirige a sus alumnos a recoger y dejar limpio el salón. Con toallitas húmedas o un trapo, limpia su banca, acomoda los cuadernos y libros del mayor al menor nuevamente, con resortes encontrados. Recoge la basura usando un cepillo pequeño y recogedor.
- De manera ordenada, toman sus mochilas colocándola sobre la banca y guardan el material que llevan a casa. Finalmente se sienta en su lugar.
- El maestro cuida el orden asegurándose que todos lleven el material necesario.
- Por filas se forman y se dirigen a la cancha donde esperan ser nombrados.

2:00 pm

- Esperan en filas de manera ordenada. Al escuchar su nombre, el estudiante se despide del maestro y se dirige a la puerta donde los esperan sus papás.
- **¡Hasta el final el maestro está pendiente de todos los detalles!**

Rutinas SECUNDARIA



Inicio escolar

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Llegada	7:40 am	El estudiante baja de su vehículo e ingresa por la puerta principal a la escuela. Saluda con un “¡buenos días!” a su coordinador o maestro, quien le recibe a la entrada.	El coordinador o maestro asignado recibe a los estudiantes con entusiasmo. Se asegura de que su presentación esté en orden y comunica cualquier observación o indicación, si la hay.

	Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
	Formación en grupo	8:00 am	Se dirige a la cancha de la escuela sin correr y se integra a su fila correspondiente saludando a sus maestros y compañeros respetuosamente.	Los maestros que están asignados a cada grupo durante la primer clase, reciben a los estudiantes y coordinan la integración de las filas.
	Cierre de la puerta	8:00 am		Puntualmente se cierra la puerta de acceso a la escuela.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Oración	8:00-8:05	Guarda el orden, presta atención y obedece las indicaciones de sus maestros durante la formación de los grupos. Participa activa y respetuosamente durante la oración.	La autoridad designada para ese día dirige el tiempo de oración apoyada en la supervisión de los demás maestros y personal. Al finalizar, da las indicaciones pertinentes para que los grupos accedan a sus aulas.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Desplazamiento grupal e individual.	8:05 am	Atiende a la indicación de sus maestros o directivos para dirigirse en fila, con las manos atrás y en orden a su salón de clases. Al desplazarse solo por la escuela también lo hace sin correr y con manos atrás.	Durante desplazamientos grupales, el maestro siempre observa las filas avanzando detrás de los estudiantes.

	Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
	Formación para ingresar al salón.	8:08 am	El estudiante se forma ordenadamente fuera del salón y entra hasta que se le indica. Saluda con una sonrisa y de mano a su maestro.	Los maestros preparan sus aulas para recibir y dar entrada a cada uno de sus alumnos en la puerta del salón.
	Asignación de lugares	Al inicio de la primera clase de cada semana.	Espera en fila y en orden a que le sea asignado su lugar dentro de los salones. Ocupará esta posición hasta una nueva asignación.	El maestro de la primera hora comunica al grupo la posición que ocupará durante esa semana. Supervisa el ingreso de sus estudiantes y la ocupación correcta.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Acomodo de las pertenencias.	8:10 am	Desocupa su mochila colocando los útiles, libros, libretas y materiales de la clase en su lugar asignado. Coloca la mochila abierta en el gancho que le corresponde o en el respaldo de su silla, asegurándose de no dejar ninguna pertenencia en los pasillos. Toma asiento en su mesa.	El acomodo de las pertenencias se supervisa por el maestro.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Tiempo de gratitud.	Al inicio de la primera clase	Comparte y escucha atentamente los motivos de agradecimiento que sus compañeros externan, participando con entusiasmo en el ejercicio de ser agradecidos.	Luego de cada participación de agradecimiento, el maestro cuenta “1,2” y el grupo responde con dos aplausos simultáneos. Cierra este tiempo orando con su grupo.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Orden en las aulas	En el desarrollo de todas las clases	Hace uso de las señas para mantener el orden, respetando el desarrollo y ritmo de las clases. (Ir al baño, tomar agua, hacer un comentario, pedir silencio)	Las actividades y participaciones son instruidas y reguladas por los maestros.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Respeto y cortesía	En todo momento	Trata a sus compañeros, maestros y demás miembros escolares con respeto y cortesía. Hace uso constante de un lenguaje positivo (gracias, por favor, con gusto, con permiso, etcétera). Saluda a cualquier visitante que entre al salón poniéndose de pie y con un “buenos días o tardes”, espera de pie a que se le indique tomar asiento.	Juntos construimos un ambiente de cordialidad, respeto, gratitud y confianza. En una visita, el maestro o invitado indica a los estudiantes cuándo sentarse luego de saludar.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Clases inteligentes	Al terminar una actividad	Avisa al maestro cuando ya ha terminado su trabajo con una señal de “pulgar arriba”. Espera a que el maestro le revise y le dé la siguiente indicación en su lugar y en orden.	No hay tiempos vacíos, el maestro supervisa el trabajo de los estudiantes caminando entre los pasillos y lugares. Presta atención a quienes van terminando, les revisa o resuelve las dudas de sus estudiantes.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Cambios de clases	Al terminar una clase	Guarda los útiles que usó durante la clase, ordena su lugar y se prepara formándose fuera del salón listo para el traslado del grupo a la siguiente clase.	Cada materia tiene su aula asignada y los grupos se desplazan de un salón a otro. Al terminar una clase, el maestro da la indicación y revisa el acomodo y orden del salón. Una vez que el grupo se ha formado para moverse a su nueva clase, el cuerpo de maestros supervisa los desplazamientos de los diferentes grupos.

	Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
	Acceso a los baños		El estudiante solicita a su maestro el permiso a través de la señal de baño con la mano. Una vez que se le permite, toma el permiso que deberá colocar en el lugar asignado para ello y, al terminar lo recoge para devolverlo al aula.	Cuando un estudiante pide acceder a los baños el maestro revisa que allí no haya alumnos por medio de los permisos colocados a la entrada de estos. El lugar donde se colocan está accesible a la vista de todos los salones.

Receso

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Formación en cafetería	11:55 a.m.	Al salir de las aulas se asegura de llevar su dinero o su lonche. Espera su turno en la fila con orden si es que compra algo para consumir.	Los maestros y el personal del área de cafetería observan y controlan el ambiente durante los recesos. Interactúan con los estudiantes y comparten este tiempo con ellos.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Uso adecuado de las áreas	En todo momento	Hace uso correcto de las áreas y el tiempo asignados para comer y jugar. Al final se asegura de recoger la basura y no dejar sus pertenencias. Se conduce bajo el principio: “Dejo el área que ocupó igual o mejor a como la encontré”.	El maestro examina y comprueba que los estudiantes no coman y jueguen al mismo tiempo o en los espacios incorrectos. Vigila que no haya basura y responsabiliza a quienes la dejan.

Cierre del día

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Formación y salida	2:15 p.m.	Al finalizar clases atiende a las instrucciones de su último maestro para tomar lugar en la fila y pasar junto a su grupo a la cancha. En orden espera a ser nombrado para salir.	Un maestro asignado observa, conduce y controla el orden del grupo. Cuando un estudiante es nombrado, lo despide y se asegura de que siga la instrucción dirigiéndose a la salida.

Hábito	Tiempo	Rutina del alumno	Observaciones
Guardía de salida	Al cierre del día escolar	El estudiante es entregado a sus padres una vez que es nombrado para salir de la escuela. Mientras espera a que le recojan, acata las instrucciones de sus maestros y personal de la escuela.	Los maestros y el personal asignado a la guardia del día se aseguran de que cada estudiante sale en el momento que se le nombra y es recogido por la persona autorizada para ello.