

## **LAS RUTINAS EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL**

### **1. INTRODUCCIÓN**

### **2. ELEMENTOS PARA ESTABLECER CORRECTOS HÁBITOS Y RUTINAS**

### **3. TABLA MOTIVADORA DE BUENOS HÁBITOS.**

### **4. ELEMENTOS PARA AYUDAR A ESTABLECER LAS RUTINAS.**

### **5. CONCLUSIÓN**

### **6. BIBLIOGRAFÍA**

### **1. INTRODUCCIÓN**

Pasan los años y uno tras otro vemos crecer a tantos niños y niñas a nuestro alrededor que casi siempre parece inevitable pensar de manera constante en la gran responsabilidad e importancia que recae sobre nuestra misión como educadores.

Somos cada día más conscientes de que nuestros alumnos y alumnas son y serán siempre parte nuestra, ya que, la mayoría de los casos, han comenzado a recorrer el camino de la vida tanto en la familia como en la escuela, en la cual los maestros y maestras se convierten en sus figuras de referencia.

Desde que entran por primera vez a clase, puedes notar en los menores que la diversidad es constante más que evidente. Unos lloran más en el periodo de adaptación,

otros menos y algunos, absolutamente nada. Unos corren como las gacelas y otros, al tercer caso, caen. Unos no paran de hablar y otros apenas abren la boca. Unos desarrollan sus capacidades la velocidad del trueno y otros son más tardíos. En fin, esta diversidad es algo totalmente normal y positivo.

Muchos pueden pensar en la rutina como algo que es pesado, aburrido, negativo o agobiante pero todo dependerá de cómo la planteemos.

Siempre se ha dicho que el hombre es un animal de rutinas y como podremos imaginar el niño o la niña lo son aún más.

El hábito evita la imposición. El menos capta sin problema que lo normal es lo que estamos realizando, debido a que todos los días hacemos las mismas cosas.

Lo primero que se hace cuando un niño entra con tres años en clase de Educación Infantil es el aprendizaje de hábitos y rutinas, las cuales se irán repitiendo a lo largo de los días y de las semanas. Esto les ayudará a ganar en confianza y autonomía.

## **2. ELEMENTOS PARA ESTABLECER CORRECTOS HÁBITOS Y RUTINAS**

Hay que tener en cuenta muchos detalles para establecer entre los pequeños rutinas y hábitos que sean correctos y educativos. Señalamos las rutinas básicas que es necesario inculcar a los niños y niñas.

### **Tener un horario muy bien definido.**

Cuanto más claro sea este horario, antes lo aprenderán y así podrán realizarlo solos, o casi sin que tengamos que intervenir. Aún así siempre será conveniente que sea revisado por si existes algún despiste. Cuando estén acostumbrados a la misma secuenciación de actividades se encontrarán en un marco que les dará seguridad y bienestar.

### **Evitar un tono de voz alto y agresivo.**

En muchas ocasiones nos podemos dar cuenta de que los niños y niñas copian el tono de voz que nosotros les hablamos, e incluso a veces nuestro mismo vocabulario y expresiones. Utilizan lo que ven y oyen, como suyo, casi al instante. Debido a esta clara interrelación lo lógico es que intentemos cuidar las formas, ya que las irradiaremos a nuestro alrededor y calentaremos todo lo que esté en nuestro radio de acción o bien lo tranquilizaremos todo si adoptamos la paciencia y la tranquilidad como instrumento.

### **Mostrarnos pacientes y hablar siempre con el máximo respeto.**

El respeto también se enseña. Muchos mayores piden el respeto de sus peques cuando no lo ofrecen. Esta cuestión es muy, muy importante. En numerosas ocasiones se hace visible constantemente en clase que cuando muestran interés y respeto por un menor, éste se acerca más a ti ya que te suele pagar con la misma moneda. Lo máspreciado para ellos, en la mayoría de las ocasiones, es ganarse tu atención y tu cariño.

### **Motivar cualquier tarea o actividad previamente.**

No es lo mismo darle un libro a un niño o a una niña y entregárselo sin más, que antes haberle dado vida con una representación magistral. No es igual dar un muñeco a un menor para que se calle, que contarle antes la historia de cómo ese muñeco sobrevivió a un huracán y se convirtió en el rey de Encantilandia.

Observaremos que si rodeamos los objetos de historias mágicas, serán tratados de forma diferente.

### **Fomentar su autonomía progresivamente.**

Esto se logra permitiendo la posibilidad de realizar las máximas actividades posibles, y todas aquellas de las que sean capaces los niños, confiando siempre en sus posibilidades.

### **Enseñar hábitos de orden y de cuidado de sí mismos.**

Hay muchos detalles que si no los mostramos, pueden quedar en el tintero. Las normas han de ser siempre adecuadas a la edad y al desarrollo del niño o la niña, deben estar muy claras.

### **Cuidar la organización, el orden y la limpieza.**

Una imagen vale más que mil palabras. Una clase a una casa que siempre está ordenada y limpia enseñará a los menores que esto deber ser lo habitual. Si cada objeto tiene su lugar concreto, así lo aprenderán.

### **Inculcar cierto grado de responsabilidad en relación con sus actos.**

Si han desordenado su cuarto, el menor debe ser consciente en todo momento de que eso va acarrear su posterior trabajo de recogida. En clase, a la hora del juego en rincones, muchas veces puede parecer que no tienen en cuenta las normas de orden pero debemos también ser muy conscientes de la necesidad de darles libertad a la hora de jugar y no agobiarles mientras realizan dicha acción tan importante como el aire que respiran. Resulta muy agradable y curioso observar que tardan muy poco en dejarlo todo igual, o incluso más ordenado que antes, cuando llega la hora de continuar otra actividad.

### **Ofrecer siempre la misma respuesta ante un desvío de la norma.**

De esta manera no dejaremos opción a escogerán camino diferente que queremos enseñar. No hay que olvidar que debemos tener muy en cuenta las palabras: respeto y paciencia. No es ni necesario, ni positivo utilizar una respuesta agresiva e irrespetuosa ante una situación no deseada. Si mantenemos siempre la misma respuesta de manera clara y contundente, sólo es cuestión de tiempo que adopten la norma de manera habitual.

## **3. TABLA MOTIVADORA DE BUENOS HÁBITOS.**

Antes de arreglar algo, tenemos que saber qué debemos arreglar. Para ello apuntad en una tabla los malos hábitos adquiridos de vuestro hijo o hija y en otra tabla paralela los buenos hábitos que hayan conquistado.

Esta tabla puede servir para motivarles positivamente de la siguiente manera. Primero nos conviene tener algunos gomets o pegatinas que sepamos que a ellos les gusten y a continuación ponemos las tablas de sus buenos y malos hábitos para así poder explicarles que todos los días por la tarde/noche en casa van a poner una pegatina por cada buen hábito que hayan realizado durante todo el día o bien quitar

una pegatina por cada más hábito que hayan realizado. A las pegatinas buenas se le restan puntos las malas. El número de pegatinas que se pongan a o quiten dependerán sólo de su comportamiento. Esta idea hay que hacérsela entender alarmante para que comprendan claramente la interrelación que existe entre sus buenos y actos y la recompensa.

Propongo a continuación un ejemplo de tabla de hábitos que os puede servir de guía, aunque cada caso seguramente requerirá unos hábitos diferentes.

BUENOS HÁBITOS		MALOS HÁBITOS	
No hablar a gritos.	X	Hablar a gritos.	X
Sentarse bien.		Sentarse mal.	X
Ordenar los juguetes.		No ordenar los juguetes.	
Ayudara a poner la mesa.	X	No ayudar a poner la mensa.	
No tirar cosas al suelo.	X	Tirar cosas al suelo.	
Comer correctamente.		No comer correctamente.	X
Respetar a los demás.	x	No respetar a los demás.	
Total de buenos hábitos.	4	Total de malos hábitos realizados.	3
Pegatinas			

Las X pueden borrarse cada día para poder empezar de nuevo al día siguiente, aunque dejemos las pegatinas. En este caso solo le daríamos una pegatina al niño o niña ya que es el resultado de restar 4 hábitos buenos menos 3 hábitos malos.

Hay otras tablas que premian los hábitos buenos y no sancionan los malos llegando a dar muchas pegatinas, aún realizando muchos hábitos malos. No es muy aconsejable este caso porque los pequeños se ven recompensados aunque sigan existiendo muchos malos hábitos.

Las pegatinas se colocan en la parte inferior. Estas pegatinas son acumulables durante toda la semana. Los días que se porten peor irán quitando pegatinas hasta poder quedarse a cero.

Está en nuestra mano poder motivarlos con la manera de exponer esta pequeña aventura. Así hay que plantearlo, como un juego atractivo mediante los gomets o pegatinas y nuestro constante seguimiento, alentando las buenas acciones y desaprobando las malas. Os aconsejo que pongáis en acción esta práctica y veréis como en poco tiempo se notarán los resultados.

#### **4. ELEMENTOS PARA AYUDAR A ESTABLECER LAS RUTINAS.**

## **Utilización de elementos motivadores.**

Un elemento que no puede ayudar a fortalecer las rutinas puede ser la utilización de música, ya sea como fondo de alguna actividad concreta o mediante canciones como símbolo de una acción concreta. En las clases de educación infantil se utilizan canciones de manera constante: para decir buenos días, para peinarnos y limpiarnos la cara, para recoger los juguetes, para ponernos en fila o bien para guardar silencio. También se pueden utilizar música clásica de fondo en actividades concretas, como ayuda para relajar a los alumnos y alumnas en momentos determinados o incluso en un periodo de tiempo bien determinado para hacer que liberen energía con canciones de ritmo rápido mediante bailes y actividades psicomotoras concreta.

Hay que tener mucho cuidado con el volumen de la música para evitar un resultado contrario al que estamos buscando, teniendo en cuenta siempre que sea el adecuado ya que si nos pasamos puede crear malestar en el aula. La música siempre deber ser agradable y reconfortante. Uno de los tipos de contaminación más desagradables que puede haber para los sentidos es la música fuerte, puede incluso provocar secuelas físicas como dolor de cabeza y problemas de oído. No es la primera vez que en las fiestas de algún pueblo habremos tenido la oportunidad de ver a algún bebe durmiendo en su capazo, a lado de la mesa situada en frente de los altavoces de la orquesta de turno, mientras los padres bailan al ritmo de la rumba a pocos metros del pequeño desafortunado.

Está claro que el resultado que deseamos de la música no es el expuesto anteriormente. La música es un placer que la vida nos ofrece, aunque también es cierto que, dependiendo el tipo y de la intensidad, puede llegar a ser un infierno.

Adentrándonos en el plano educativo, hacer hincapié en la música clásica es inevitable. La experiencia ha demostrado una y mil veces que esta música es la más adecuada para enriquecer el alma y la mente de las personas. Resulta aún curiosos que, pese al recelo que al principio puede causar la música clásica, según los alumnos y alumnas, cuando pasan unos días habituados a escucharla mientras hacen tarea o desayunan, llegan incluso a solicitar del maestro el que ponga es música. Siempre hay alguno o alguna que dice: “¿Qué te pasa hoy profe?, ¿se te ha olvidado la música clásica?” Incluso se puede notar cierto malestar entre los pequeños, ya que nos hemos saltado la rutina a la que ellos están acostumbrados. De vez en cuando podemos utilizar este pequeño despiste para observar hasta que punto estamos teniendo éxito con la instauración de nuevos hábitos. Cuando hemos conseguido una meta, resulta frustrante para ellos volver atrás.

Una ayuda mágicas, como he nombrado antes, la utilización de canciones o incluso también poesías para realizar una tarea determinada. Podemos encontrar múltiples canciones infantiles en Internet o en cualquier libro. Además de ayudarnos a crear hábitos, las canciones desarrollan en el niño multitud de capacidades como la memoria, la afinación, el gusto por la música, el aprendizaje de vocabulario la mejora en la pronunciación de las palabras.

Y lo más importante: todo se va haciendo de forma lúdica y divertida.

### **Tener en cuenta la edad y el grado de desarrollo del menor.**

Un punto de vital importancia y que será totalmente decisivo a la hora de interactuar con niños y niñas será tener muy, muy en cuenta su edad y grado de desarrollo, es decir, no es lo mismo tratar con un niño de 3 años, que con uno de 5. Son mundos totalmente diferentes ya que ambos tienen capacidades diferentes. Por ejemplo, el tiempo de atención que puede prestar un niño de 3 años es muy inferior que el que puede prestar uno

de 5 o 6.

Por ellos con los más pequeños debemos siempre planificar un cambio de actividad cada veinte minutos, cuando quizás para unos niños de 5 años, ese cambio puede aumentarse a treinta o cuarenta minutos.

El tiempo tampoco debe ser algo muy estricto ya que con estas edades la flexibilidad es primordial. Los tiempos suelen ser relativos dependiendo de la actividad que estén realizando. Lo que sí es cierto es que un niño de 2 años tiene constantemente la necesidad de cambiar de actividad ya que se aburre con mucha facilidad, sin embargo, con 5 o 6 años ya son más selectivos y saben entretenerse durante más tiempo.

### **Los horarios deben ser claros.**

A la hora de establecer rutinas debemos tener muy en cuenta que los horarios deben ser muy claros y deben respetarse, intentando que el cambio de actividad se lleve a cabo de manera automática y sin ningún tipo de duda. Si mostramos una actitud estable y segura durante los primeros días de enseñanza de las rutinas, ayudaremos a que sean aprendidas con mayor efectividad.

### **Ambiente lúdico y divertido.**

No podemos olvidar que el ambiente lúdico, divertido y distendido tiene que inundar cada una de nuestras actividades, ya que estamos hablando de niños y niñas de educación infantil, y como bien es sabido, una de las características de estas edades es la necesidad constante de juego, que en numerosas ocasiones, olvidamos para desgracia de nuestros menores.

### **Enseñarles reglas.**

Está también en manos del educador enseñarles reglas para establecer rutinas de orden a la hora de jugar ya que, a veces, explicándoles unas pocas normas a lo largo unos cuantos juegos, niños y niñas las desarrollan de una manera creativa y curiosa. Cuanto más instrumentos les enseñemos a tocar, más bonita tocará la orquesta.

## **5. CONCLUSIÓN**

Las rutinas dan seguridad y bienestar a nuestros pequeños y pequeñas. Les permite saber qué va a ocurrir en cada momento del día, de la tarde o de la noche. Un niño sin rutina es como un pingüino perdido en el desierto.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- 📖 Domenech, J. y Viñas, J. (1997). “La organización del espacio y el tiempo en el centro educativo”. Barcelona: Ed. Graó.
- 📖 Gairín Sallan, J. y Darder Vidal, P. (1994). “Organización de centros educativos”. Barcelona: Ed. CISS Praxis educativa.
- 📖 Ibáñez Sandín, C. (2006). El proyecto de Educación Infantil y su práctica en el aula. Madrid: Muralla.