

pasemos al  
**PLAN B**

DEDICADO A TODAS AQUELLAS PERSONAS  
QUE DE LA NOCHE A LA MAÑANA  
HAN TENIDO QUE REORGANIZAR SU VIDA  
PARA CUIDAR DE LOS MÁS PEQUEÑOS

*la escuela*

[WWW.MISTRUCOSPARAEDUCAR.COM](http://WWW.MISTRUCOSPARAEDUCAR.COM)

## CALENDARIO

Deja al alcance de todos, un calendario con todo lo que puedas detallar. El concepto del tiempo es muy abstracto y no saber qué es lo que va a ocurrir, produce cierto nerviosismo a los más pequeños.

MARZO						D1
L2	M3	M4	J5	V6	S7	D8
L9	M10	M11	J12	V13	S14	D15
L16	M17	M18	J19	V20	S21	D22
L23	M24	M25	J26	V27	S28	D29
L30	M31					

# PLANIFICA EL DÍA CON LOS MÁS PEQUEÑOS

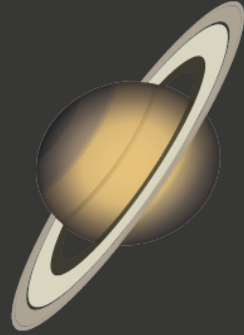
Detalla lo que va a ocurrir a lo largo del día. Recuerda que los más pequeños, tienen periodos de atención más cortos, por lo que quizás pueda venirte bien poner dos puntos por nube o añadir alguna nube más.

Nombre: \_\_\_\_\_  
Día: \_\_\_\_\_



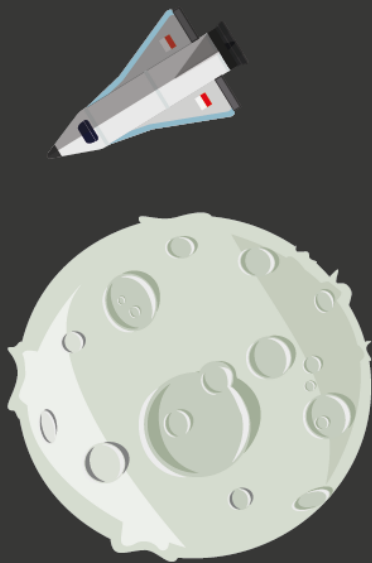
## LECTURAS CON ESTRELLA

Aprovecha para que lean lo máximo posible. Fija un reto (número de páginas, libro leído o tiempo) que puedan alcanzar. Cada vez que consigan el objetivo propuesto, podrán recortar y pegar una estrella.

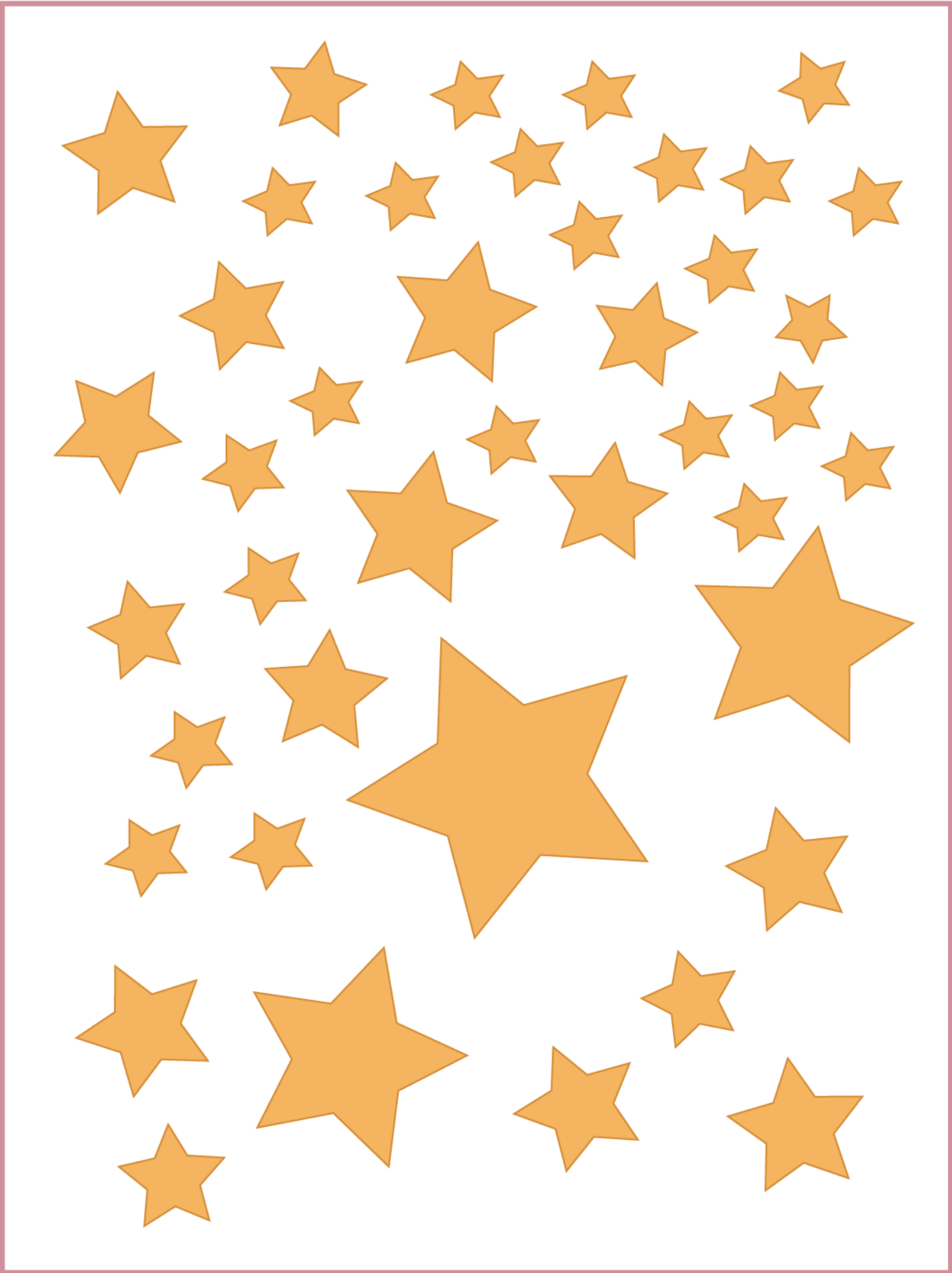


Para viajar lejos  
no hay mejor nave  
que un libro

EMILY DICKINSON



LECTURAS CON ESTRELLA



## HORARIO DE PANTALLAS

Aunque podamos agradecer infinito las pantallas y más en momentos de crisis, pasarse suele traer un efecto rebote nada deseado. No abuses. Pon un horario lo más ajustado posible y asegúrate de cumplirlo.

juega al parchís, a las cartas o cualquier otro juego de mesa  
escribe una carta a un buen amigo  
aprende a tocar un instrumento,  
lee, haz una construcción, pinta, abúrrete, piensa,  
habla con un hermano, pregunta a tus abuelos...

## HORARIO DE USO DE PANTALLAS

# COLABORAR

Colaborando nuestros hijos aprenden a valorar el orden y el esfuerzo, al tiempo que ganan en responsabilidad y autonomía.

ENCARGO	NOMBRE	L	M	M	J	V	S	D	TOTAL

## SE ME OCURRE QUE PUEDES AYUDAR A:

- Poner la mesa
- Ahuecar el sofá
- Dar la comida a tu mascota
- Organizar el baño
- Preparar almuerzos
- Sacar basuras
- Leer un cuento a tu hermano pequeño
- Apagar las luces de la casa
- Piensa un poco. Seguro que encuentras una gran idea

TU AYUDA ES MUY IMPORTANTE  
PARA NUESTRA FAMILIA  
GRACIAS POR DAR LO MEJOR DE TI



## COLABORAR: ENCARGOS AL AZAR

Escribe todas aquellas cosas en las que puedan ayudar tus hijos en un momento del día. Incluye gestos como dar un beso al abuelo, agradecer a la persona que me cuida, dar un abrazo a un hermano... Al azar cada niño y niña cogerá un papel y realizará la acción.

## LA VIDA SIGUE...

Para todos aquellos que os habéis llevado el trabajo a casa o que necesitéis unos minutos de concentración. Para todos aquellos hijos que tienen algo importantísimo que contar cada vez que su padre o su madre necesita centrarse en una tarea...

*Te quiero mucho,*

### PERO AHORA NO PUEDO ATENDERTE

*Si quieres puedes escribir aquí eso que necesitas contarme y que no quieres olvidar:*

*Puedes decírmelo también con un dibujo:*



## VALES QUE NO TIENEN PRECIO

Dado que estos días seguro que requieren ciertas dosis de motivación extra, aquí te dejo vales con los que recordar que las cosas fueron bien a pesar de todo.

VALE POR

*Crear una lista de  
nuestras canciones  
del mes en Spotify*

VALE POR

*Un campeonato  
al cinquillo*

VALE POR

*Preparar un bizcocho  
para merendar*

VALE POR

*Leer 2 cuentos extra  
por la noche*

VALE POR

VALE POR

VALE POR

VALE POR

## BOTE CONTRA EL ABURRIMIENTO

Escribe en trozos de papel juegos con los que pueden divertirse tus niños. Introdúcelos todos en un tarro. Cuando quieran utilizar el bote contra el aburrimiento, tendrán que comprometerse a jugar al menos 20 minutos a aquello que les haya tocado.

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

JUGAMOS A...

# ÁNIMO

Recuerda que puedes encontrarnos en

 [mistrucosparaeducar](https://www.instagram.com/mistrucosparaeducar)

[WWW.MISTRUCOSPAAEDUCAR.COM](http://WWW.MISTRUCOSPAAEDUCAR.COM)

Mucho más en  
*la escuela* PARA PADRES DE LAURA MONGE